

9 Gouden tips voor een sterke Fitness-CV

Hoe stel je een sterke cv op als je als fitnessprofessional aan de slag wilt in de fitnesssector?

Een goed opgebouwde cv is essentieel, zeker in de fitnessbranche waar naast je ervaring ook je persoonlijkheid en vaardigheden een belangrijke rol spelen. Je cv is vaak de eerste indruk die een werkgever van je krijgt. Hoe zorg je ervoor dat jouw cv eruit springt? Hier zijn enkele tips!

1. Vermeld je contactgegevens duidelijk

Zorg ervoor dat je contactinformatie bovenaan je cv staat. Vermeld je volledige naam, telefoonnummer, e-mailadres en eventueel een link naar je Instagram- of Facebook-pagina als je daar professioneel je fitnesswerk, trainingen of eerdere klantenresultaten deelt. Naast je contactinformatie geef je best ook je woonplaats en geboortedatum. Daarnaast is een professionele foto ook een meerwaarde.

2. Begin met een professionele samenvatting

Start je cv met een korte, krachtige samenvatting van wie je bent en wat je zoekt. Beschrijf je ervaring, je belangrijkste vaardigheden en je passie voor fitness.

Voorbeeld: "Ik ben een enthousiaste fitnessbegeleider en ik help mensen graag om het beste uit zichzelf te halen. Ik breng graag mijn positieve instelling en discipline over op anderen. Ik kan me goed verplaatsen in de klant, ongeacht de leeftijd. Samen werken we aan de gestelde doelen."

3. Richt je op relevante werkervaring

Heb je eerdere relevante werkervaring? Benoem dan per functie:

- Waar je werkte.
- De periode waarin je werkte.
- Wat je rol was (bijvoorbeeld groepslesinstructeur, personal trainer, fitnesscoach).
- Welke verantwoordelijkheden en resultaten je had (bijvoorbeeld het opstellen van trainingsschema's, klantenbinding, of het organiseren van evenementen).

Gebruik opsommingstekens om het overzichtelijk te houden. Rangschik alle werkervaring chronologisch zodat een werkgever een duidelijk beeld kan schetsen van je professionele verleden.

Heb je nog geen directe ervaring in de fitnessbranche? Dat is geen probleem! Beschrijf waarom je gemotiveerd bent om in deze sector aan de slag te gaan. Leg uit:

- Wat je inspireert aan een fitnesscarrière (bijvoorbeeld een passie voor gezondheid, sport of het helpen van anderen).

Een sterke motivatie kan minstens zo waardevol zijn als werkervaring!

4. Voeg je studies, opleidingen en certificaten toe

Een goede opleiding vormt een sterke basis in de fitnesssector. Vermeld duidelijk:

- Je diploma's, zoals een **bachelor of master in Lichamelijke Opvoeding of Kinesithérapie** (of andere), als je die hebt behaald.
- Certificeringen zoals **NASM, ACE, FE-Certified, EHBO-certificaten**, of andere erkende personal trainer- of groepsfitnessopleidingen.
- Eventuele workshops of bijscholingen die je hebt gevolgd, bijvoorbeeld op het gebied van trainingstechnieken, voeding, blessurepreventie of mentale coaching.
- Heb je een sportieve achtergrond, met eventueel deelnames aan wedstrijden, vrijwilligerswerk bij sportevenementen of coaching in een andere discipline? Noem dit ook als het relevant is voor de functie waarvoor je kandideert.

5. Benoem je persoonlijke en sociale vaardigheden en competenties aansluitend op de vacature)

Naast technische vaardigheden spelen soft skills een grote rol in de fitnesssector. Denk aan:

- **Communicatie**
Hoe motiveer je klanten? Hoe bouw je vertrouwen op en zorg je ervoor dat ze zich gehoord en begrepen voelen?
- **Flexibiliteit & aanpassingsvermogen**
Kun je vlot schakelen tussen verschillende doelgroepen en trainingsniveaus? Hoe pas je je aan bij onvoorziene omstandigheden of veranderende klantverwachtingen?
- **Klantgerichtheid**
Hoe help je klanten om hun doelen te bereiken én met een goed gevoel de deur uit te gaan?
Hoe toon je betrokkenheid bij hun vooruitgang?
- **Teamwork**
Hoe werk je samen binnen een team van coaches, personal trainers of andere collega's? Hoe draag je bij aan een positieve teamdynamiek?
- **Leiderschap**
Hoe neem je initiatief, geef je richting aan een groep of coach je anderen? Ook zonder leidinggevende functie kun je leiderschap tonen.
- **Emotionele intelligentie (EQ)**
Ben je in staat om emoties bij jezelf en anderen te herkennen en hier gepast op te reageren?
Hoe zorg je voor een empathische, veilige omgeving?

Deze lijst is niet volledig, er zijn nog veel andere persoonlijke kwaliteiten die belangrijk kunnen zijn afhankelijk van de job. Denk bijvoorbeeld aan stressbestendigheid, doorzettingsvermogen, creativiteit, verantwoordelijkheidszin, enzovoort.

Deze lijst is niet volledig, er zijn nog veel andere persoonlijke kwaliteiten die belangrijk kunnen zijn, afhankelijk van de job. Denk bijvoorbeeld aan stressbestendigheid, doorzettingsvermogen, creativiteit, verantwoordelijkheidszin, enzovoort.

Tip: Kies de vaardigheden die het best bij jou én de functie passen, en geef bij voorkeur een concreet voorbeeld dat jouw sterkte illustreert.

Een ander onderdeel dat niet mag ontbreken op je cv zijn je vaardigheden. Laat zien over welke skills je bezit. Kies er bij voorkeur een 3-tal die jou als persoon en professional het beste beschrijven. Wees eerlijk, in een toekomstig gesprek zal hier zeker naar gevraagd worden!

Voorbeelden van eigenschappen en vaardigheden:

- doorzettingsvermogen
- flexibel
- gedisciplineerd
- leergierig
- geduldig
- positief
- competitief
- fanatiek
- enthousiast
- gemotiveerd
- proactief
- goed kunnen samenwerken
- behulpzaam
- empathisch vermogen
- sterke communicatieve vaardigheden

Tip: Laat je inspireren door de VDAB-competentiedatabank voor een compleet overzicht:

<https://competent.vdab.be/competent/>

6. Houd het overzichtelijk en beknopt

Een cv van één tot twee pagina's is ideaal. Zorg voor duidelijke kopjes, voldoende witruimte en een professioneel lettertype zoals Arial of Calibri.

Tip: Vind je het lastig om een cv vanaf nul te maken? Gebruik tools zoals Canva, waar je tal van sjablonen vindt voor een originele cv. (<https://www.vdab.be/jobs/solliciteren/cv/templates>)

7. Voeg een persoonlijke touch toe

Geef je cv een persoonlijke noot. Bijvoorbeeld:

"In mijn vrije tijd verdiep ik me graag in de nieuwste trends in krachttraining en geef ik advies aan vrienden over gezonde voeding."

8. Toon je specialisaties en stijl

Fitnessclubs waarderen het als je je onderscheidt. Laat zien wat je te bieden hebt.

- **Voorbeeldschema's of workshops:** Denk aan voorbeelden van trainingsschema's, uitgewerkte groepslessen, of workshops die je hebt gegeven.

Zorg ervoor dat al het materiaal professioneel oogt en je diversiteit en kwaliteit als trainer of coach benadrukt. Voeg dit toe als bijlage bij je cv.

9. Controleer op fouten – belangrijk!

Spelfouten maken een slordige indruk. Laat je cv nalezen door iemand anders voordat je deze verstuurt. Een foutloze cv straalt professionaliteit uit.

Verstuur je cv altijd als PDF-bestand.

Tip: Heb je niemand om je cv na te lezen? Gebruik tools zoals de Schrijffassistent (<https://schrijffassistent.be/splash.php>) of ChatGPT (<https://openai.com/index/chatgpt/>), maar weet dat deze vaak onpersoonlijk overkomen en fouten kunnen bevatten.

Tot slot

Je cv is je visitekaartje en laat zien wie je bent als professional in de fitnesssector. Door deze tips te volgen, vergroot je jouw kansen om die droombaan te bemachtigen. Veel succes!