STELLENBOSCH
RUGBYACADEMY
since 2004

INLIGTINGSBLAD 2019

'N WÊRELDKLAS RUGBYERVARING

WWW.STELLENBOSCHRUGBYACADEMY.CO.ZA

Inhoud

1. Welkom by SRA!
2. Leef jou droom
3. Ontmoet ons Personeel
4. Ons programme
5. Rugby Hoë Prestasieprogram
6. Akademiese program (CTU)
7. Kampus en Akkommodasie
8. Studentelewe
9. Registrasie

1. Welkom by SRA!

Stellenbosch

Stellenbosch word allerweë beskou as die tuiste van SA rugby, met 'n ryk tradisie oor meer as 150 jaar. Dit is die tuiste van:

- Die vader van moderne Maties-rugby, dr Danie Craven, was 'n Springbokspeler, Springbokafrigter, president van die SA Rugbyunie, president van die IRB en mentor van baie Springbok-spelers.
- Die Universiteit van Stellenbosch (Maties), is die grootste rugbyklub ter wêreld, en die klub wat die meeste Springbokke opgelewer het.
- Die beroemde seunskool, Paul Roos Gimnasium, vernoem na die eerste Springbok-kaptein van 1906; en alma mater van die meeste Springbokke van enige skool in SA.

Ontmoet ons Direkteur - Alie Brand

"Ons glo SRA is God se besigheid. Deur ons Christusgesentreerde filosofie in ons daaglikse aktiwiteite, volg ons 'n unieke benadering tot ons opleidingsmetodes om ons studente voor te berei nie net vir 'n suksesvolle sportloopbaan, maar ook vir die lewe in die algemeen."

- Stig SRA in 2004.
- Hoër Diploma in Onderwys, 'n BA- en MPhil-graad (Universiteit Stellenbosch).
- 15 jaar ervaring by skole en Boland Kollege, waar hy die posisies van Projekbestuurder, Kampushoof en Sportbestuurder beklee het.
- Gekwalifiseerde skeidsregter en afrigter (vlak 2).
- Betrokke by klubbestuur sedert 1999.
- Dien voorheen op Van der Stel, Helderberg Rugbyklub en Maties se besture.

Boodskap:

"Better people – Better performance"

As jy 'n afgeronde speler of afrigter wil wees, moet jy in die eerste plek 'n afgeronde man wees. Dit vereis besondere **bekwaamheid en karakter**. Daarom wil ons die totale mens oplei: fisies, akademies en geestelik. Ons moenie vergeet dat

ons talent 10%, maar ons karakter 90% is nie. Deur die unieke benadering wil ons ons studente voorberei - nie net vir 'n suksesvolle sportloopbaan nie, maar ook vir die lewe.

Wanneer 'n student by SRA inskryf, word hy deel van die Rugbyakademie-familie. Die student, sy ouer(s) en die personeel is dan saam gelyke vennote in sy opvoeding en opleiding. Daarom wil ons u aanmoedig om **die film "Courageous"** as familie saam te gaan kyk, want dan verstaan jul die visie van die Stellenbosch Rugbyakademie.

Studente ontvang teen November 'n volledige inligtingsbrief, dokumentasie en 'n oefenprogram. U is meer as **welkom om ons te kom besoek,** die fasiliteite te besigtig of van die aktiwiteite by te woon. Bestudeer gerus ook ons webblad, Facebook, Twitter, YouTube en Instagram vir meer inligting, video's en foto's.

Die Rugbyakademie open amptelik op **Maandag 21 Januarie 2019 vir ALLE studente.**

Ons sien daarna uit om jou te ontmoet, en 'n rol te speel in die voorbereiding om 'n groot sukses van jou lewe in elke opsig te maak.

Is jy bereid om hard te werk om die beste te kan word wat jy kan wees: dag vir dag, maand vir maand, jaar vir jaar?

Kom dan en leef jou droom!

Alie Brand

2. Leef jou droom

"It's not about rugby, it's about young men.
It's not about building a championship team,
It's about building championship boys.
Boys who will be forever strong."
- **Larry Gelwix (Forever strong)**

Ons geskiedenis

Stellenbosch Rugbyakademie (SRA), een van die grootste en oudste privaat rugbyakademies in Suid-Afrika, is in 2004 in Stellenbosch gestig deur Alie Brand. Dit is 'n ongelooflike testament van God se getrouheid en grootse genade. Dit is 'n private instansie, en is geregistreer as Stellenbosch Rugbyakademie Trust (trustnommer IT 1478/2004). SRA het sy deure amptelik in 2005 geopen met 'n voltydse personeellid, 4 deeltydse personeel en 23 studente. Tans is daar 70 voltydse studente en verskeie voltydse en deeltydse personeellede. In November 2018 word Stellenbosch Rugbyakademie deel van die CTU TRAINING Groep.

Wie is Stellenbosch Rugbyakademie (SRA)

SRA is gestig om die talle talentvolle jong spelers wat die beste moontlike kans benodig om 'n professionele loopbaan in rugby te volg, te akkommodeer. SRA volg **SARU se "High Performance" riglyne** en vereistes vir nasionale rugbyakademies – wat insluit kwaliteit programme, roete vir spelers na WP/verder, asook 'n lewe na rugby. Ons gaan nog verder, en volg 'n holistiese benadering wat beteken spelers word op potensiaal (nie net talent) gekeur, want sommige spelers ontwikkel later. Die fokus is dus nie net op rugby nie - ons gebruik rugby as voertuig om gebalanseerde, afgeronde jong manne te ontwikkel om hul volle potensiaal te bereik. **Ons gee voorkeur aan talentvolle spelers en afrigters met karakter, wat wil kom studeer en/of rugby speel op Stellenbosch. Ons wil graag daardie spelers wat nie raakgesien is op proewe, of oorgesien is weens watter rede ookal, die kans gee om verder te ontwikkel.**

Ons visie

Saam wil ons 'n uitsonderlike rugbyervaring skep.

Ons fokus

SRA wil elke student op ‘n professionele wyse op die volgende drie terreine help ontwikkel:

- **Fisies**: Kwaliteit rugbyspelers met die fisiese, tegniese/taktiese vaardighede , en ‘n gesonde leefstyl, wat nodig is om hul volle potensiaal as spelerste verwesenlik
- **Verstand**: Suksesvolle en innoverende rugby-afrigters, skeidsregters, prestasie-analiste, sport- en sakebestuurders, wat gereed is vir die uitdagings van die lewe
- **Hart**: Gebalanseerde jongmanne met gesonde lewenswaardes, wat met selfvertroue selfstandige besluite kan neem in die volwasse wêreld

“Try not only to become a man of success, but rather try to become a man of value.”- Albert Einstein

Kultuur

“It is the first place where I felt true brotherhood, making true friends, whilst getting closer to professional level coaching.” William Holder, oud-student

Die SRA KULTUUR word saamgevat in ons kragtige motto: • Belong • Believe • Behave.

Ons leef ons kultuur deur ons ridderskap. Vir diegene voor ons en die toekomstige ridders. Studente streef daarna om ‘n ridder te word. ‘n Ridder is ‘n ELITE VEGTER - ingesweer deur ‘n gedragkode van ridderskap – gebaseer op ons vier waardes: **Eerlikheid – Dissipline – Werksetiek - Nederigheid.**

Knapie - 1ste Jaar - Doen basiese opleiding, help mekaar en seniors.
Heer - 2de Jaar - Doen gevorderde opleiding, help mekaar en juniors.
Ridder – Senior - Gaan uit en help mense in nood.

3. Ontmoet ons personeel

Jou reis begin by 'n wêreldklas Afrigterspan!

Ons Afrigterspan dryf die planne, kultuur en waardes by SRA. Hulle is passievol, met sterk persoonlikhede (leiers) en nederig. Hul verweef individuele met spandoelwitte, sodat spelers hulself kan verbind aan iets wat groter as hulself is. Die Afrigterspan word ondersteun deur spesialis-afrigters soos **Louis Koen, Allan Zondagh, Brendan Venter, Stanley Raubenheimer (agterspelers), Pieter de Villiers, Ashley Evert, oom Piet Faasen (voorspelers) en dr Christo Spies (sportsielkundige).** Behalwe ons interne **fisioterapeut**, is **dr. Jannie Brink** behulpsaam met ons medies.

Warren Petersen - Hoof-, Agterspeler- en 7's- afrigter

- Studies: Nasionale Diploma in Sportwetenskap, BA Menslike Bewegingskunde (Noordwes Universiteit – PUK).
- Speler-loopbaan: Speel o.a. Boland o/19, Boland, Luiperds Vodacom en Curriebeker, Pukke 7's.
- Afrigter-loopbaan: Luiperds (o/18, o/19 , seniors, 7's, Pukke (agterlyn), Durbell RVK (o/20A), Maties o/19, Maties Young Guns, Maties
- Koordineer ook Klinieke
- Betrokke by SRA sedert 2012

Okkie van der Merwe - Vaardighede afrigter, Voorspelers

- Studies: B.Com Sportwetenskap, RAU (UJ), Post Graduate Education (Unisa)
- Spelerloopbaan: RAU (1ste), Transvaal o/23, SA Universiteite, Border, Golden Lions Vodacom groep, Falcons A
- Afrigtingsloopbaan: Border Rugby-ontwikkeling, Dr EG Jansen (1ste), RAU (3de), NMMU (Saasveld), Brakpan, SA Agricultural span, PW Botha College, George-Suid primêr, Ruggakids, Paarl Gimnasium o/16, Maties Young Guns
- Koordineer ook "Scouting" en "Mental Toughness" programme
- Betrokke by SRA sedert 2016

Hendrik Louw - Kondisionerings- en voorspeler afrigter

- Voormalige student by SRA
- Diploma in Fiksheid en Sportbestuur(Eta), IRB Afrigting (vlak 2), "BokSmart", IRB Skeidsreg (vlak 1)
- Proffessionele kondisionering / persoonlike instrukteur, skole-afrigting, afrigter Helderberg koshuis, Vics o/20
- Bygestaan deur mediese personeel, intern en fisioterapeut
- Betrokke by SRA sedert 2014

Francois du Toit- Prestasie-analis en agterspeler-afrigter

- Voormalige student by SRA
- Diploma in Sportbestuur (Eta), IRB Afrigting (vlak 2), "BokSmart", IRB Skeidsreg (vlak 1)
- Afrigter-loopbaan: Helderberg Koshuis, Helderberg RVK o/20, Vics o/20, skole, klinieke
- Inwonende Hoof studentehuise
- Koordineer Skole-afrigting, klinieke
- Betrokke by SRA sedert 2015

Ontmoet ons Ondersteunings-personeel!

Ons toegewyde ondersteunings-personeel maak seker dat alles glad verloop, en dat studente en afrigters ten alle tye ondersteun word.

Alexia Rudolph – Administratiewe Bestuurder

- Hanteer ontvangs en kantoor-administrasie
- Betrokke by SRA sedert 2012
- Word bygestaan deur Janine Adonis (finansies)

Ronel Botes - Bestuurder Verblyf

- Verantwoordelik vir spyseniering, studente- en gasteverblyf
- Word bygestaan deur verskillende assistente
- Betrokke by SRA sedert 2013

4. ONS PROGRAMME

Ons passie is om individuele spelers, afrigters en professionele persone te inspireer om mans van waarde te word. Hulle moet verstaan wie hulle is en waarheen hulle oppad is. Ons wil vir ons studente'n loopbaan skep deur middel van rugby, deur hul prestasies en professionele geleenthede verder uit te brei. **Hierdie reis sal hul lewens verander !!**

Algemene Toelatingsvereistes:

- Die **SRA Aansoekvorm** moet ingevul en ingehandig word met die jongste Graad 12-uitslae en ID kopie van die student. Die vorm moet volledig ingevul word rakende die student se rugbyprestasies en verwysings.
- Alle studente sal aan die begin van die jaar onderworpe wees aan 'n **Mediese evaluering**, óf deur sy eie mediese praktisyn of die aangestelde praktisyn van die SRA. Die voltooide mediese evaluering moet by die SRA ingedien word. Info verskyn op ons webblad.
- Alle studente sal aan die begin van die jaar onderworpe wees aan die **Fiksheids- en Vaardigheidstoetse**.

Daar is twee opsies:

1. Rugby Hoë Prestasieprogram

Die ontwikkelingsjaar na skool is die belangrikste jaar vir aspirant-spelers wat nog nie as professionele speler gekontrakteer is nie. Die holistiese ontwikkeling van elke individu van 'n aspirant professionele speler, sal hulle help voorberei om die positiewe en negatiewe van 'n professionele rugbyspeler te hanteer, maar ook vir dieselfde soort reis in die lewe.

Hierdie program is gemik op die ontwikkeling van die individuele speler: nie net fisies en emosioneel nie, maar om seker te maak dat hy inderdaad 'n student van rugby is. Persoonlike aandag word gewaarborg: Die Kondisionerings-afrigters en mentors sal verseker dat die speler sy vaardighede tot die beste van sy vermoe in sy posisie ontwikkel. Elke speler ontvang 'n individueel ontwerpte program - sowel as sekere voeding en mediese hulp.

Die student sal ook die volgende **kort kursusse** voltooi: Rugby Ready, SARU Boksmart Veiligheid, Afrigting (World Rugby Vlak 1), Laws of the game (World Rugby), Lewens-vaardighede (insluitend sportsielkunde). Daar is verskeie ander World Rugby kursusse wat aanlyn gedoen kan word.

Spesifieke Toelatingsvereistes:

Studente sal ook onderhewig wees aan 'n streng keuringsproses wat die volgende behels:

- **Aanvanklike sifting ("screening")**: Inhandiging van die Aansoekvorm - saam met 'n Rugby CV en geloofwaardige verwysings van vorige afrigters. 'n Video - skakel van vorige wedstryde sal tot u voordeel wees.
- **Deurlopende keuring, monitering en evaluering**: Die student sal onderworpe wees aan deurlopende HP (Hoë Presatasie) evaluerings tydens die program.
- Daar sal van die student verwag word om met die aanvang van die program, sowel as tydens die kwartaal, met die gekwalifiseerde **Voedingkundige** te konsulteer (student se koste). Die Voedingkundige sal die SRA gedurende elke kwartaal besoek om maaltyd-planne aan te pas volgens die student se prestasie. Een maaltyd per dag sal as deel van die programkoste voorsien word.

Let daarop dat spelers tydens die toetse sekere **minimum mediese vereistes** moet nakom. Andersins sal hulle aangeraai word om ook die gekombineerde Akademiese- en Rugbyprogram program te volg.

Studente wat die HP-program suksesvol voltooi, en aan al die evaluerings- en prestasiekriteria voldoen, sal ondersteun en blootgestel word vir plasings- of **Uitruil-programme**, beide nasionaal en internasionaal. Die koste van internasionale plasing sal bepaal word sodra 'n plasing verseker is , dit sal dit vir die student se koste wees.

2. Rugby en Akademie Kombinasie program

Die meeste jong rugbyspelers droom om 'n professionele speler te word. Maar, as hy nie slaag nie, wat gaan hy na sy rugbyloopbaan doen? Na die HP-program sal hy ook beter verstaan wat hy met die res van sy lewe wil doen.

Studente voltooi die Rugby-program, gekombineer met 'n gekose akademiese (CTU) -program uit die fakulteite Besigheid, IT en Ontwerp, of alternatiewelik Sportbestuur van ETA. Dit verseker dat die student 'n geregistreerde, geakkrediteerde Nasionale kwalifikasie het.

CTU sal met elke student konsulteer voordat sy studiejaar begin. Elke student doen die Loopbaan-toets om te verseker dat hy die ideale akademiese program volg – om ook 'n toekoms na rugby te verseker.

Die student sal dus dieselfde **kort kursusse** as die HP-program voltooi - PLUS die gekose aanbevole Akademiese program van CTU of Sportbestuur van ETA.

Toelatingsvereistes:

- **CTU**: Neem asseblief kennis dat elke akademiese program wat deur die CTU aangebied word dmv sy verskillende fakulteite, spesifieke toelatingsvereistes het. CTU sal met elke aansoeker in 'n gedetailleerde konsultasie betrek word. Besoek CTU by: www.ctutraining.ac.za. . Sien prospektus op ons webblad.
- **ETA**: ETA het voorgeskrewe inskrywingsvereistes vir Sportbestuur voorgeskryf, en die aansoeker sal die nodige inligting bekom by die ETA verteenwoordiger.

3. 2de en 3de jaar opsies:

1. Die student kan vir 'n 2de jaar by SRA registreer met **Afrigting** as spesialiserings-rigting. Die 7's en 15's word aangebied, asook die plasing van gekwalifiseerde studente as afrigters by skole en / of klubs.
2. Studente kan in 'n 2de jaar by die SRA met 'n 2de jaar by CTU of die HP Program voortgaan indien die student voldoen aan die toelatingsvereistes vir die HP-program.
3. Studente kan in hul 3de jaar die **SA Skeidsregters-program** volg om 'n gekwalifiseerde skeidsregter te word indien dit hul keuse as spesialiserings-rigting is.

Samevatting

Een van die opwindende NUWE opsies wat ons bied, is om aan studente die geleentheid te bied om oorsee te gaan speel. Inligting hieroor is beskikbaar op op ons webblad.

Ons wil geselekteerde spelers of afrigters na oorsese klubs of akademies stuur vir die af-seisoen (tussen September tot Maart) of 'n tyd wat vir die klub pas. Ons sal die Klub vra om akkommodasie / kos, deeltydse werk en vervoer te reël. Die vlugkaartjie, sakgeld, paspoort en visum sal gewoonlik vir die speler se rekening wees.

Hoekom oorsee gaan? Sien dit as 'n wonderlike geleentheid om waardevolle ervaring op te doen - en nie net om geld te maak nie. Die speler sal verskillende afrigtings-tegnieke en -style ervaar. Miskien sal daar geleenthede wees om gekies te word vir verteenwoordigende spanne wat jy nie in jou eie land gehad het nie, 'n internskap te kan doen of dalk 'n beurs of studielening te kan ontvang. In die proses kan jy nuwe plekke en kulture ervaar.

5. Rugbyprogram

Wêreldwyd speel meer as 7,2 miljoen mense rugby, en nog meer is betrokke met die besigheid van die sport. As jy deel wil wees van die wêreldwye ontwikkeling, is hierdie jou kans om jou loopbaan na die volgende vlak te neem!

In samewerking met wêreldklas vennote soos World Rugby (voorheen IRB), SARU en ander top-opleiding verskaffers, het ons die unieke program ontwikkel - waar spelers, bestuurders en afrigters in EEN program opgelei word. Ons glo dit is een van die mees innoverende en uitdagende rugbykursusse in die wêreld! Sien voorbeelde van die weekprogramme op ons webwerf (documents / training programmes).

Rugby is 'n wonderlike hulpmiddel wat ons help vorm vir die lewe. Die feit dat jy hierdie inligtingstuk lees, is 'n bewys dat die spel jou siel aangeraak het, jou passie aanvuur en jou gees verryk. Sport in die algemeen skep geleenthede vir ons om te groei, saam te kuier en so ons kulturele bewustheid te verbreed. Dit leer ons ook dat daar 'n prys is om te betaal as jy die wil het om te presteer in die lewe, want deur deursettingsvermoë kan jy jou doelwitte bereik. In ons huidige samelewing sien ons hoe mense soms moed verloor met hul doelwitte, drome, huwelike en verhoudings. Hulle is nie bereid is om die ekstra myl te loop of aandag te gee aan detail nie. Te veel spelers dink dat hulle die "nitty gritty" kan los, en dat hul op 'n hoë vlak kan rugby speel as hul net op die speelveld fokus.

Doel van die program

Die speler moet verstaan:

- Waardeer die rol van diegene wat voor jou hier was, en dat jy geïnspireer word om jou eie bydrae te maak
- Die DNA van SRA - waarvoor ons staan en wat vir ons belangrik is
- Wat ons karakter is en hoe jy jou eie karakter kan ontwikkel
- Waardeer die rol van diegene wat voor jou hier was, en dat jy geïnspireer word om jou eie bydrae te maak
- 'n Hoë Prestasie omgewing / kultuur
- 'n Hoë Prestasie Kondisionerings-program
- Hoe om geestelik taai en gehard te word
- Die basiese beginsels van die spel - SRA styl
- Hoe om jou eie spel te analiseer

Doelwitte

Die SRA manier van speel is: Speel met 'n **hoë tempo** en **kontinuïteit** – **druk drieë** – **geniet** dit! Daarom moet ons sterker, fikser, vinniger, vaardiger en meer georganiseerd wees.

Die belangrikste doelwitte af ons rugbyprogram is:

• Skep 'n leeromgewing
• Om pret te hê
• Ontwikkel manne wat geestelik taai en gehard is
• Ontwikkel ervare spelers om 'n hoë tempo, kontinuïteit spel te speel
• Skep 'n wenspan
• Dien ons gemeenskappe

Daarom wil ons die funksionele krag ons spelers verbeter, hulle help om in die dieselfde tyd fiks en vaardig geword, terwyl hul hulself geniet. Die program word in **vyf prestasie-areas** aangebied, nl.

- **Kondisionering**
- **Vaardighede**
- **Teorie**
- **Span-oefeninge en Wedstryde**
- **7's**

Kondisionering

MODULES		
1. Kondisionering	3. Krag	5. Toetsing en Monitering
2. Mobiliteit en stabiliteit	4. Spoed	

Dit is die fisiese en fisiologiese ontwikkeling van spelers vir elite sportprestasie. Ons afrigters sal jou ondersteun op jou reis deur individuele doelwitte te stel en elke stap daar wees. Hulle sal seker maak dat jou oefentegnieke korrek is, met leiding, advies en motivering. Kondisionering is 'n onontbeerlike komponent as spelers maksimaal wil vorder. Hul oefen in

kleingroepe met deurlopende ondersteuning en toetsing van afrigters. Dit vind plaas by ons eie rugby-gimnasium (Mount Simson), veld en swembad op kampus.

Doelwitte:

- Hou hul aan die **speel**!
- Toename in **krag** tydens kompetisie en oefeninge
- Maksimum **voorbereiding** (geleidelike toename van speler se vermoë om te speel / presteer - kwartaal 1, 2
- Maksimum **gereedheid** (daaglikse wisseling in sielkundige, taktiese, tegniese, fisiese prestasie - kwartaal 3, 4

Die program sluit in:

- **Mediese toets** / assessering aan die begin van die jaar. Spelers moet aan die begin van die jaar voldoen aan sekere minimum mediese vereistes. Andersins sal hulle aangeraai word om ook die Akademiese program te volg.
- **Omvattende program en opleiding** wat geskik is vir die ontwikkeling en voorbereiding van spelers vir professionele rugby. Dit sluit in: Liggaam-samestelling, funksionele bewegings, fisiese prestasie, spoed en fiksheid. Spelers ontvang ook 'n vakansie-program.
- **Deurlopende monitoring en toetsings** van spelers (gespesialiseerde toetsings per kwartaal, dwelmtoetse, BokSmart pre-deelname toets). Daar is ook weekliks "1-on-1" s met beseerdes.
- **Herstel**: Mediese kliniek (swem, fisioterapie, fietsry) na elke wedstryd, rehablitasie-program, leefstyl (voeding/supplemente, medisyne, slaap, professionele optrede, ens.)
- **Topklas bestuur van beserings.** Die span bestaan o.a. uit 'n mediese dokter, dr. Jannie Brink, met jare se ervaring by die WP o/19- en o/21-spanne. Ons beskik ook oor sportmassering en 'n eie fisioterapeut op kampus.

Vaardighede

MODULES			
1	Posisioneel, spesifiek	3	Eenheids-vaardighede
2	Individueel	4	Monitering and Toetsing

Met ons **Edge program**, wil ons sien dat spelers geleenthede met die bal in hand skep, om te verseker dat sy span of spanmaat in 'n beter posisie is nadat hy van die bal ontslae geraak het. Die program bestaan uit **individuele en posisisionele vaardighede**.

Die program sluit in:

- **Individuele vaardighede:** Hantering, afbreekpunte, kontinuiteit en verdediging.
- **Posisionele vaardighede:** Spelers doen ook spesifieke oefeninge om beter te raak in hul posisies.
- **Gespesialseerde video-analise sessies, data-analise en toetsings** om tegniek en vaardighede te verbeter.

Prakties

Hierdie program is ontwerp om die speler te help om die ekstra myl te loop; om te kyk na die detail van SRA se manier van speel en leef - om hom uiteindelik te help om 'n **professionele rugbyspeler en 'n man van waarde te word**. Hierdie modules is uniek, want:

- Dit gee ons studente 'n holistiese begrip gee, aangesien die klasse (teorie) en prakties (oefensessies) mekaar die hele tyd komplimenteer.
- Studente begin al op dag 1 met hul internskap, en skryf op die manier hul eie CV.

Rugby	Kondisionering SRA Styl, Geskiedenis van Rugby, SRA Kultuur en Filosofie, SRA Beginsels van Speel, Wedstryd-analise
Kort kursusse	Verpligtend: Rugby Ready, SARU Boksmart Safety, Coaching (World Rugby Vlak 1), Laws of the Game (World Rugby). Daar is 'n verskeidenheid ander World Rugby kursusse wat online gedoen kan word.
	Ander opsies: SARU Klubbestuur; World Rugby Concussion / Keep Rugby Clean; Chaperone / Spanwerk; Scouting; Sosiale Media; Rugby Prestasie-analise; Sportsielkunde; LO in skole

Manwees	lewers langs die pad het ons kultuur sy definisie van manlikheid verloor. Mans is in niemandsland - verward oor hul rolle, verantwoordelikhede, verhoudings en die rede waarom God hulle mans gemaak het. Ons fokus op identiteit en leierskap (vaderskap).
Geestelike Taaiheid	Sportlife: Hierdie unieke kursus kombineer Sportsielkunde en Lewensvaardighede. Dit bied praktiese hulp met kritiese kwessies, om hulle te help om suksesvol te wees in hul sport of persoonlike lewe.

Studente kan die volgende kursusse ekstra doen (eie koste): World Rugby Coaching level 2; Sevens, Referee level 1 (World Rugby), Rugby medic, Tag-Rugby (SARU); Sport massage.

Span-oefeninge en Wedstryde

MODULES					
1	Verdediging	4	Lynstane	7	Wedstryde
2	Aanval	5	Afskoppe	8	Prestasie-analise
3	Skrums	6	Skoppe		

WP het waarskynlik van die sterkste klubligas in SA. Ons speel by die beroemde Matie Rugbyklub en in die koshuisliga, en kom dus in aanmerking vir WP o/19 en o/21 proewe. Tans speel ons ook as 'n Maties 3- en Maties Koshuisliga -span, waar spelers uitstekende blootstelling kry. **Ons het al meer as 50 nasionale en internasionale, spelers opgelewer. Ons oefen ook gereeld saam met die Springbokke.**

Ons maak opnames van wedstryde (Stratus), en bespreek dit met die spelers. Video's (YouTube) en stats word ook met ouers gedeel. Prestasie-analise en terugvoer na wedstryde sluit in:

- **Individueel:** Tyd gespeel, punte aangeteken, aanval, afbreekpunte, aanval, dissipline
- **Span:** Algemene spel, verdediging, aanval, dissipline

7's Rugby

MODULES					
1	Aanval	4	Kennis van die Spel	7	Sportwetenskap
2	Verdediging	5	Beplanning	8	Wedstryde / Toernooie
3	Posisionele verantwoordelikhede	6	Bestuur		

Ons wil talentvolle 7's spelers ontwikkel vir plaaslike en internasionale toernooie. Ons strategieë is grootliks gebaseer op dieselfde professionele kultuur van die SA Sewes hier in Stellenbosch. Studente sal die geleentheid kry om met hul te oefen en in verskillende wedstryde en toernooie te speel.

Sluit by ons aan om hierdie opwindende spel eendag regoor die wêreld te speel - en in die proses lewenslange herinneringe te maak saam met nuwe broers.

Samevattend

Die Rugbyprogram sluit ook in:

- **"Boot Camp"** in Januarie.
- **Binnelandse toer** in Junie.
- **Weeklikse vergaderings** met spelers, waar program bespreek word.
- Deurlopende **1-op – 1's** met spelers na wedstryde; asook skakeling met ouers as studente onder-presteer (bv. bywoning <80%).
- **Klub- en gimnasiumfooie**, **uitstappies en vervoer** (oefeninge). Dit sluit mediese koste uit – dus moet spelers seker maak dat hul op 'n mediese plan is.
- Ouers ontvang deurlopend 'n volledige **rapport** van studente se akademiese en rugby vordering. Bywoning stats is ook weekliks op ons webblad beskikbaar.
- **Portfolio** met elke speler se stats, fisiese info en video is beskikbaar.

Uitgesluit: Studente betaal vooraf vir die Puma-kit, mediese toets en toer.

Spelers wat **onderpresteer**, kan versoek word om dadelik die Rugbyakademie te verlaat, maar is steeds verantwoordelik vir alle fooie.

6. Akademiese program (CTU)

Ons het 'n passie om professionele persone te ontwikkel, en werk nou saam met die bedryf in die ontwikkeling van relevante en toepaslike programme, ten einde ons gegradueerdes toe te rus met die regte vaardighede om die SA arbeidsmark suksesvol te betree.

By CTU TRAINING en Stellenbosch Rugbyakademie verstaan ons dat indien ons studente in die arbeidsmark wil stuur, wat 'n voordeel bo ander studente het, moet hulle toegerus wees met top kwalifikasies. Ons glo ook dat 'n student / speler 50% van sy tyd moet spandeer om 'n goeie kwalifikasie te behaal. **Daarom is dit belangrik vir ons om 'n verskeidenheid goeie kwalifikasies aan u te bied.**

Our vision is to create an exceptional educational experience.
– Ronald Meeske, CEO CTU

Agtergrond CTU

CTU Training, gestig in 1987, is 'n private tersiêre onderwysverskaffer met 15 kampusse landwyd. CTU bied verskeie voltydse of deeltydse kursusse aan. Meer as 100 000 studente is die afgelope 5 jaar gesertifiseer. Ons bied 'n verskeidenheid van relevante kwalifikasies sowel as -spesifieke internasionale sertifisering wat die gegradueerdes voorberei vir 'n toekoms vol opwindende internasionale geleenthede.

Hoe om die regte loopbaan te kies?

Dit is een van die belangrikste besluite wat jy ooit sal moet maak. Studente kan die **Loopbaan -toets** vooraf of aan die begin van die jaar voltooi. Dit is 'n internasionaal erkende aanlyn beroepsvoorligtings-instrument wat 'n student se vermoë, persoonlikheid en belangstellings evalueer. Dit skakel met die resultate van 'n uitgebreide databasis van plaaslike en internasionale werksprofiele. Te same met die onderhoud, help dit ons studente om die regte loopbaankeuse te maak.

Kursusse

Loopbaangeleenthede vir gekwalifiseerde studente in Besigheid-, IT- en Ontwerp neem vinnig toe. Ons werk nou saam met die bedryf in die skep van nuwe en toepaslike programme, ten einde ons gegradueerdes toe te rus met die regte vaardighede om die Suid-Afrikaanse arbeidsmark suksesvol te betree.

Tydens die ander deel van die dag, draf student voltydse klas op die CTU-kampus. Ons sal weekliks terugvoering gee aan ouers oor 'n student se bywoning. Studente het kursus-opsies uit die volgende fakulteite: Sake-, IT en Ontwerp (1 - 3)jaar):

BUSINESS	
Business Management Entrepreneurship Financial Accounting Generic Management	HR Management & Practices Office Administration Project Management Tourism
INFORMATION TECHNOLOGY (IT)	
Cloud & Security professional - Cisco IT Network Design & Administration IT Cloud Administration	IT Technical Support Software & Application Development Web-development
DESIGN	
Computer-aided-draughting-design Visual Communication	Graphic Design

Daar is 'n verskeidenheid van meer as 900 kort kursusse en korporatiewe programme.

Werwing

CTU se eie werwings-afdeling, **CTU Recruits**, bied 'n noodsaaklike en professionele diens aan ons studente; om hulle te help voorberei vir die werkplek en vir ons korporatiewe vennote; om hulle in staat stel om eerste talent aan te stel.

Akkreditasie

CTU is geregistreer ingevolge die bepalings van artikel 53 (3) van die Wet op Hoër Onderwys, 1997 (Wet N ° 101 van 1997), en Regulasie 16 (4) (b) van die Regulasies vir die Registrasie van Privaat Hoër Onderwysinstellings, 2002. (N ° 2014 / HE07 / 004.

Samevattend

Besoek ons by: **https://ctutraining.ac.za/** , of kry die **Prospektus** op ons webtuiste. U is ook welkom om ons te besoek vir 'n **Loopbaan-toets en Onderhoud**.

7. Kampus en akkommodasie

Topklas studenteverblyf

Om die beste te maak van u SRA-ervaring, beveel ons sterk aan dat ons studente van die behuisingsfasiliteite op kampus gebruikmaak. Akkommodasie word nie net deur SRA bestuur nie, maar deur die SRA Property Trust. SRA studente kry voorkeur vir akkommodasie by die Mount Simon Student Village. Die meeste studente verkies om op kampus te bly.

Wanneer 'n student vir die verblyf aanvaar word, teken die ouers / voogde 'n afsonderlike kontrak vir 'n jaar en betaal dienooreenkomstig. 'n Afsonderlike Aansoekvorm vir akkommodasie, kwotasies en huurkontrak is beskikbaar op ons webblad; of kan aan studente en ouers gestuur word.

Die **moderne kampus** van Stellenbosch Rugbyakademie is geleë in die sekuriteits-kompleks, **MT Simon.** Die kampus bestaan uit **23 studentehuise** (wat 100 studente huisves), 'n ontspanningslokaal, eetsaal, kantore, lesinglokale, fisio-lokaal, swembad, gimnasium, oefenveld en braaigeriewe.

Dit is **uiters modern, aangenaam en nommerpas vir studies, sport en die studentelewe.** Studente word gou 'n hegte familie, met lewenslange vriendskappe wat gesmee word. Die Inwonende Hoof bestuur die studentehuise.

Die studenteverblyf bied voldoende gerief en gemoedsrus vir beide studente en ouers:

- **Huise**: Volledig gemeubileerde huise (2/4/6 studente per huis), met kombuis, badkamer, oopplan sitkamer / eetkamer (met DSTV), braaiarea.
- **Kamers**: Gerieflike beddens, matras, ingeboude kas, lessenaar, boekrak, blindings.
- Goed toegeruste **kombuis**: Stoof (geen oond), wasmasjien, TV, yskas, mikrogolf, ketel - met kollektiewe tuimeldroërs.
- **Ontspannings-fasiliteite**: Gimnasium, swembad, veld, ontspanningsaal (swembad, tafeltennis), braaiareas. Dit is die ideale plek om saam met ou en nuwe vriende te kuier!
- Elke huis het sy eie hoëspoed **wi-fi** (ontvang 2 - 4 G / maand).
- Weeklikse **skoonmaakdienste** in huise.
- Mooi tuin en oop ruimtes.
- 24 uur **sekuriteit** by hoofhek - met wagte en CCTV kameras in kompleks.

- Veilige oop **parkeerplekke**.
- Spesifieke **sosiale aktiwiteite** word reeds ingesluit. (studentefonds)
- **Vervoer** sal voorsien word na oefen-sessies vir studente sonder eie vervoer.
- **Inwonende Hoof** op kampus

Om die beste te maak van jou SRA ervaring, wil ons sterk **aanbeveel dat studente gebruik maak van ons verblyf.** Die kapasiteit van ons studente- behuising is beperk en gesog. Daarom beveel ons aan dat u so gou as moontlik aansoek doen vir registrasie en akkommodasie, want huisindeling geskied volgens die student se datum van registrasie.

Studente kan ook hul eie voertuie bring.

Huis-inspeksies vind weekliks plaas, want dit leer studente oor hoe om eendag sy eie huis op 'n daaglikse basis te bestuur. Dit sluit ook **netheid** (binne en buite), onderhoud en trots op jou eiendom in. Ouers verdien hierna veel meer respek!

Om getrou te bly aan ons verbintenis tot uitnemendheid en **hoë standaarde**, sal studente wat druip nie toegelaat word vir die volgende jaar nie. Studente wat nie voldoen aan die huisreëls (sien prospektus) nie, kan ook hul verblyf verloor.

Privaat-studente

Studente is **vry om private verblyf te bekom** as hulle dit verkies. Hulle kan inteken vir etes, en kan van die ander fasiliteite gebruikmaak.

8. Studentelewe

"Happy players off the field, are happy players on the field."

Stellenbosch is die bekendste studentedorp in SA, en is omring deur pragtige berge en die bekende wynlande. Die dorp is wêreldwyd bekend vir sportaktiwiteite en studentelewe, slegs 40 minute van Kaapstad. Die moederstad is die eerste keuse toeriste-bestemming vir baie besoekers aan SA, en die tuiste van Tafelberg, een van die sewe wêreldwonders van die natuur. Dit is ook die tuiste van Robbeneiland, die tronk waar die vader van die nuwe Suid-Afrika, Nelson Mandela, 27 jaar lank gevange geneem is.

Deur deel te wees van die Stellenbosch Rugbyakademie, het jy ook die geleentheid om die opwinding en gees van Stellenbosch se studentelewe te ervaar. Ons wil veral sekermaak spelers is gelukkig.

Studentesake

Die Studenteraad vorm deel van ons bestuurspan en sien 24/7 om na die welsyn en sosiale lewe van ons studente. Daar is veral ses dimensies van 'n mens se lewe, wat elkeen bydra om van jou 'n gelukkige mens te maak: Fisies, emosioneel, intellektueel, loopbaan, sosiaal en geestelik. **Die volgende twee unieke programme help ons studente om gelukkig te wees, en hul volle potensiaal te bereik.** Dit vind as volg plaas:

Studente-ondersteunings-program:

Individueel	Ons het 'n vennootskap met Shofar Christenkerk, en beveel hul Eerstejaars kamp van 20 - 23 Jan. sterk aan. Die "Amplified First Years Camp" is 'n goeie manier om fantastiese vriende te maak voordat jy hier op Stellenbosch begin! Ontmoet nuwe mense en skakel in by die gemeenskap. Die brosjure is ook op ons webblad. Die "Weekly Hope" is 'n vrywillige bymekaarkoms of Bybelstudie.
Studentehuise	Die Superintendent, SR en huiskapteins is deurlopend behulpsaam. Huisvergaderings vind gereeld plaas.
Ouers	Studente en ouers ontvang ook elkeen 'n volledige Prospektus. Nuus word deurlopend verskaf via WApp groep (ouers, studente), Facebook, Twitter, Instagram, omsendbriewe en nuusbrief (kwartaal).

Ons glo dat die verskillende elemente van ons **Sosiale-program** noodsaaklik is vir 'n onvergeetlike studentelewe. Elke student verdien die geleentheid om hierdie spesiale tye ten volle te geniet! Studente word blootgestel aan 'n verskeidenheid van aktiwiteite en plekke. Hopelik sal elkeen terugkeer met baie stories van al hul avonture! Studente word aangemoedig om **van die eerste dag af betrokke** te raak by die aktiwiteite.

Tipiese aktiwiteite sluit in:

Maties JOOL	Eerstejaars Atletiek	Sosiale Aand in dorp	Ultimate Chef	Lions Head stap, Clifton
Varsity Cup	Rugby Uitstappies	"Games"-aand	Rolbal	Praise /Worship
Informele Dans	Potjie - kompetisie	SR Sirkus /Kamp	Hanedinee	Amazing race
Reunie funksie	Formele Dans	Strand-touchies	Sokkies	Skakelings
Geestelike aktiwiteite	Gemeenskapsdiens	Ouer aktiwiteite	Inbly-naweke	Rugby uitstappies

9. Registrasie

Kontak ons betyds om seker te maak jy word aanvaar vir 2019 / 2020.

Telefoon-nommers: 021 887 7432 (Rugbyakademie) of 021 887 5372 (CTU)

E-pos: info@stellenboschrugbyacademy.co.za of theanevr@ctutraining.co.za; nadinef@ctutraining.co.za

Registrasie-proses

- Bestudeer hierdie Inligtingstuk deeglik.
- Skeduleer 'n persoonlike gesprek (student en ouers – sover moontlik), om u behoeftes en verwagtinge te bespreek.
- 'n Volledige registrasievorm van die Rugbyakademie, met 'n gewaarmerkte afskrif van die ID, matrieksertifikaat/rapport, word vereis om te registreer.

Hulp met befonsing

Kontak gerus vir Carol Jacobs (Finansiële Adviseur/Administrateur), vir hulp en aansoeke: 021 887 5372 of carolj@ctutraining.co.za.

SRA het 'n spesiale ooreenkoms met **ABSA**, waarvolgens ouers 100% studielenings kan ontvang indien hul kredietwaardig is. Dis belangrik dat ouers betyds die bank/e nader vir terugvoer.

Ons het ook 'n vennootskap met **Fundi Capital** indien die ouer verkies om maandeliks af te betaal. Fundi is 'n geregistreerde kredietverskaffer. Sedert hul stigting, het Fundi bykans 900 000 lenings ter waarde van meer as R5,5 miljard in SA toegeken. Hulle bied opvoedkundige lenings (en beurse) aan vir alle vlakke van onderrig - skole, universiteite en kolleges. Dit dek die volgende gelde: registrasie, kursus, handboeke, akkommodasie, skootrekenaar / tablet, ander studiemateriaal, asook uitstaande saldo's. Daar is geen kredietkontrole vir staatsamptenare (bv. Onderwys, polisie, weermag, wet en orde, korrektiewe dienste, munisipaliteit, sport, kultuur, binnelandse sake, verkeer, geregtigheid, hospitale, Eskom; ...) nie. Kontak ons koördineerder, Thorn Williams direk om u te help met die finansiering van u gelde: thornw@fundi.co.za of 086 263 2069 of 061 370 1028.

Programme en Kostes:

	PROGRAM - OPSIES	KOSTE PER JAAR
1	**Rugby Hoë Prestasieprogram** (1 jaar)	R65 000
2	**Rugby en Akademiese gekombineerde program (met CTU / Eta kwalifikasie)** * Let daarop dat vir sekere programme die internasionale eksamens, professionele registrasies, eksamen en / of boeke nie by hierdie prys van studente ingesluit word nie.	R62 000 - Eerstejaars; R62 000 – Tweedejaars
	ANDER	
	Akkommodasie (aparte vorm) * Let daarop dat die koste van die HP- student se ete / dag ingesluit is in die programfooie. Maaltyd sluit 'n vars voorbereide gesonde maaltyd / dag met aanvulling in. Elektrisiteit: "Pre-paid". (uitgesluit)	Enkel: R 4 858/ maand (R58 296) OF Dubbel: R 4 375 / maand(R52 500) Etes: R5 000
	Studentefonds	R2 000 (SRA studente)
	Toer	Word bevestig (vooruitbetaalbaar)
	Mediese toets	Word bevestig (vooruitbetaalbaar)
	Voedselkundige	Word bevestig (vooruitbetaalbaar)
	Klere-reeks	R3 000 (betaling voor 15 Jan. 2019)

Studente wat vir provinsiale spanne gespeel het, kwalifiseer vir 'n merietebeurs.

Kontakbesonderhede

(T): +27 21 887 7432
(F): +27 86 211 0577
(Wapp): 076 304 9264
E-pos: info@stellenboschrugbyacademy.co.za
Webwerf: www.stellenboschrugbyacademy.co.za

Fisiese adres:
Lion's Head nr 3, MT Simon Estate, Stellenbosch, Suid-Afrika, 7612
Posadres:
Posbus 6004, Uniedal, 7600