

FRANK SANDERS AKADEMIE

voor musical en muziektheater

STUDIEGIDS

VERSIE 2025- 2026

Inhoudsopgave	
Voorwoord	3
1. Het onderwijs	
1.1 Doelstellingen van het onderwijs	4
1.2 Organisatiestructuur	4
1.3 Duur en structuur van de opleiding	4
1.4 Lesplan	4
1.5 Workshops / Masterclasses	6
1.6 Voorstellingen / Producties	6
1.7 Coaching/beoordeling	6
1.8 Examinering en generieke vakken	8
1.9 Studiebegeleiding	8
1.10 Klassenvertegenwoordigers/studentenraad	8
1.11 Sociale veiligheid	8
1.12 Vertrouwenspersoon	8
1.13 Intimiteitscoördinator	8
2. Studie in relatie tot andere activiteiten	10
3. Frank Sanders Huis	10
4. Huishoudelijk reglement	11
5. Kleding- en overige voorschriften	12
6. Aanschaflijst voor 1e jaars studenten 2025-2026	12
7. Overige praktische informatie	
• Adres	15
• Bereikbaarheid	15
• Parkeren	15
• Vakantierooster	15
• Studiefinanciering/OV-jaarkaart	15
• Gebruik studio's/ studiohuur	15
8. Nuttige adressen en telefoonnummers	16

Beste student,

Namens alle medewerkers van de Frank Sanders Akademie heten wij je van harte welkom. We hopen dat jij je snel thuis zult voelen op onze opleiding tot Musicalperformer.

In deze studiegids vind je belangrijke praktische informatie over de dagelijkse gang van zaken binnen de Akademie en informatie over het studieprogramma.

Omdat de opleiding tot Musicalperformer de dagelijkse praktijk in het werkveld nauw volgt kan het zijn dat tussentijds wijzigingen plaats vinden in het lesplan. Deze veranderingen worden altijd tijdig aan je bekend gemaakt. Voor alle informatie in deze gids geldt, dat er geen rechten aan kunnen worden ontleend.

Indien van toepassing kan vanzelfsprekend daar waar "hij" staat ook "zij" of anders worden gelezen.

Wij wensen je veel succes en hopen dat je een prettige studietijd zult hebben.

Het Kernteam:

Frank Sanders, Bas Groenenberg, Sophie van Hecke, Yannick Plugers, Saskia Egtberts, Ara Halici en Hester Schröfer.

Het Organisatieteam:

Tom Kling en Chantal Hoogveld

Artistiek Adviseur:

Frank Sanders

Opleidingsmanager:

Bas Groenenberg

en al onze docenten.

1. Het onderwijs

1.1 Doelstellingen van het onderwijs

De Frank Sanders Akademie voor Musicaltheater is een allround opleiding voor musicalacteurs en – actrices. De opleiding stelt zich tot doel de aangenomen studenten te leren hun persoonlijke theatrale talenten te ontwikkelen en in te zetten.

Verder streeft de Akademie ernaar:

- Nieuwe vormen van musicaltheater te onderzoeken; en
- Oorspronkelijk Nederlands musicaltheater te stimuleren en te ontwikkelen.

1.2 Organisatiestructuur

De Frank Sanders Akademie voor Musical en Muziektheater valt onder werkmaatschappij Zuid van het ROC van Amsterdam.

De inhoud van het onderwijs (lesplan, roosters, coaching en beoordeling) is in handen van het Kernteam, te weten Sophie van Hecke, Yannick Plugers, Saskia Egtberts, Ara Halici, Hester Schrofer, Bas Groenenberg (opleidingsmanager) en Frank Sanders (artistiek leider).

Zij worden in hun taken ondersteund door het Organisatieteam (OT): Tom Kling (facilitaire zaken, financiën en personele zaken) en Chantal Hoogveld (examinering, beroepspraktijk vorming en productieleiding).

Het kernteam heeft regelmatig onderwijsinhoudelijk overleg met de docenten uit de vakgroepen spel, zang, dans en synthese.

1.3 Duur en structuur van de opleiding

De Akademie verzorgt een driejarige tot vierjarige beroepsopleiding (het 4^e jaar is facultatief). De opleiding is fulltime, te weten $\pm$ 1000 studie-uren per jaar. Er wordt lesgegeven van maandag t/m vrijdag tussen 9.00 en 21.30 uur.

Het jaar is verdeeld in twee semesters. Ieder semester omvat cursorische lessen, die aan het eind worden afgesloten met presentaties. Daarna starten de repetitieperiodes waarin ieder studiejaar werkt aan een eigen productie. Leidraad van het cursorische lesrooster is een evenwichtige opbouw en verdeling van de lessen, waarbij tussenuren zo veel mogelijk worden vermeden. Er wordt binnen de dagroosters niet gewerkt met vaste les- en pauzetijden.

De bovenstaande opbouw is voor het derde en eventuele vierde studiejaar afwijkend. Deze kan jaarlijks verschillen. Eén en ander is o.a. afhankelijk van productieplanning.

1.4 Het lesplan

De verschillende disciplines binnen het musicaltheater vak zijn op de Akademie onderverdeeld in zgn. vakgroepen, te weten:

- spel
- dans en beweging
- stemtechniek
- synthese
- theorie
- theater maken
- praktijk/BPV

Deze vakgroepen zijn samengesteld uit de verschillende deelvakken.
 Het overzicht hieronder laat zien welke deelvakken voor dit studiejaar op het programma staan.
 In de onderstaande tabel staan de lessen die onderverdeeld zijn over de verschillende jaren.

Vakgroep Spel	Vakgroep Stemvorming	Vakgroep Dans & Beweging
Elementair Spel	Zangtechniek	Jazz
Acteurstraining	Ensemblezang	Klassiek
Dialogen	Solo/ensemblezang	Modern Jazz
Tekstbehandeling	Stem en spraak	Modern Musical Dance
Tekstvoordracht	Repertoire Studie	Contemporary Dance
Jongeren scènes		Bewegings- en theatercompositie®
Monologentraining	Vakgroep Theater Maken	Musicaldans
Camera acteren	Musical Theater Studie	
Vakgroep Musical theorie	Work In Progress	
Theateroriëntatie		
Cultureel ondernemen	Praktijkervaring	Vakgroep Synthese
Algemene muzikaleer (solfège)	Decembervoorstelling	Musicalzangvoordracht Spel
Musical dramaturgie	Eindejaarsvoorstelling	Musical Zang & Dans
	Atelier voorstelling	Musical Dans & Zang
	10 minuten Solo	Musicalzangvoordracht Solo/Ensemble
Diversen	20 minuten Solo	Musicalzangvoordracht Solorepertoire
	Eindvoorstelling PVB	Musical Scène Lied
Intimiteits Coördinatie	Projecten Vierde Jaars	Liedinterpretatie
Mentoruur		
Keuzedelen		
Oriëntatie op taal en rekenen		

De Akademie staat garant voor een totaalpakket aan lessen. Bij uitval wordt getracht uren op te vangen en zo nodig in te halen. Aangezien we afhankelijk zijn van docenten die uit de beroepspraktijk komen, kunnen we hier echter geen garanties voor geven en is de opleiding hiervoor niet aansprakelijk.

1.5 Workshops / Masterclasses

In het 4^e jaar vinden er, naast het maken van voorstellingen, voornamelijk workshops en masterclasses plaats. Deze worden gegeven door gastdocenten uit het werkveld die speciaal hiervoor worden aangetrokken.

1.6 Voorstellingen en producties

Alle studiejaar sluiten ieder semester af met een presentatie, dan wel voorstelling. Deze worden gedurende de repetitieweken, die starten wanneer de cursorische lessen zijn geëindigd, gerepeteerd. Het karakter van de producties verschilt per studiejaar. Het eerste jaar presenteert voor de kerst het werk dat zij hebben ontwikkeld gedurende de lesperiode. De presentatie wordt gegeven op de Akademie. Aan het einde van het studiejaar speelt het 1^e jaar een eindvoorstelling.

Het tweede jaar maakt voor kerst een eigen voorstelling, al of niet in twee groepen, dat verschilt per jaar. De eindvoorstelling die in juni te zien zal zijn is een eigen bewerking van een bestaand theaterstuk. Dit is een gezamenlijke voorstelling van het gehele jaar. Deze voorstelling wordt gespeeld in een vlakke vloer theater in Amsterdam.

Tijdens het derde studiejaar spelen de studenten een drietal voorstellingen. In het 1^e semester maken de 3^e jaars doorgaans een solo of duo voorstelling die op de Akademie gespeeld wordt. In het begin van het 2^e semester maken ze nog een solo of duo voorstelling- die al dan niet op de Akademie of in een theater in Amsterdam gespeeld wordt, ditmaal voor publiek van buiten. Aan het einde van het tweede semester wordt een voorstelling gemaakt voor en met de hele klas die gespeeld wordt in een theater meestal in Amsterdam. Deze eindvoorstelling waarmee (evt. een deel van) het derde jaar afstudeert wordt gemaakt o.l.v. een creatief team uit het werkveld.

Het eventuele vierde studiejaar is een echt praktijk jaar. Naast een basis lessenspakket bestaande uit dans, zang, spel en musicaltheater ligt het zwaartepunt op het maken van voorstellingen. Deze voorstellingen zullen waar mogelijk in professionele theaters in en om Amsterdam te zien zijn. Kleinere projecten worden gespeeld in de theaterstudio op de Akademie. Daarnaast is het mogelijk om in het vierde jaar stage te lopen bij een producent in het werkveld.

Voor alle voorstellingen van het eerste, tweede en derde studiejaar geldt dat het studievoorstellingen (interne Beroeps Praktijk Vorming en praktijksimulatie) zijn, waarbij het lerend karakter en de ontwikkeling van de student voorop staan. Het gaat hier om een musicalproductie, waarbij vorm en inhoud ten dienste staan van de student, zodat hij de lesstof in de praktijk kan brengen. Bij de eindexamenvoorstelling wordt ernaar gestreefd om te werken volgens de criteria die gelden in het werkveld, om zo een volwaardige musicaltheater productie neer te zetten.

1.7 Coaching en beoordeling

De student wordt gedurende zijn studie voortdurend beoordeeld. Enerzijds wordt gekeken naar persoonlijke ontwikkeling en groei, anderzijds naar de technische vaardigheden die noodzakelijk zijn om het vak als musicalperformer uit te oefenen.

Tijdens de lessen krijgt de student feedback van de docent, in de les zelf. Halverwege de 1^e lesperiode schrijft de student een tussentijdse zelfevaluatie en krijgt daarop feedback van de docent.

Aan het einde van een lesperiode wordt gekeken naar de hele lescyclus.

De docent geeft als eerste feedback op de hele 1^e lesperiode.

Aansluitend op de lessen volgt de repetitieperiode en het spelen van de kerstvoorstelling. Naar aanleiding daarvan krijgt de student feedback(formulieren) van de creatives.

De student schrijft vervolgens een zelfevaluatie over het hele tweede semester, dus over de lessen én de repetitie- en speelperiode.

Naar aanleiding van alle documenten (2 zelfreflecties van de student, 2x feedback van de docent en 1x feedback van de creatives) vindt in januari een coachgesprek plaats met twee coaches uit

het docententeam. Dit zijn altijd docenten die de student de betreffende periode geen les hebben gegeven.

Alle documenten plus een verslag van het gesprek dat door alle gesprekspartners is ondertekend wordt bewaard in de coachmap op de Akademie (zowel fysiek als digitaal).
De hele studieloopbaan wordt zo inzichtelijk bijgehouden.

Dezelfde cyclus vindt plaats in het 2^e semester, met dat verschil dat naar aanleiding van de tussentijdse evaluatie de docenten mondeling feedback zullen geven.

Bij de eindvoorstelling zal een externe jury de student beoordelen op de te behalen competenties.

Wanneer er naar aanleiding van het docentenoverleg reden tot zorg zijn over de studievoortgang van een bepaalde student, vindt voor de repetitieperiode van de voorstelling begint een voorbereidend coachgesprek plaats met iemand uit het OWT en de SLB'er.

Opmerking: zoals eerder mondeling is toegelicht in de klassengesprekken is het OWT volop bezig met de wijze van coachen en beoordelen op onze Akademie.
Opdracht aan het OWT is om dit jaar een helder coach/beoordelingssysteem te ontwikkelen waarbij een objectieve, eerlijke beoordeling door deskundige beoordelaars zo goed mogelijk gegarandeerd kan worden.

Bovenstaand beoordelingssysteem zal gedurende het schooljaar 2024-2025 waar mogelijk al geïmplementeerd worden.

1.8 Examinering en generieke vakken

Binnen je opleiding tot Musicalperformer zijn een aantal vakken die geëxamineerd moeten worden. De voorwaarden voor examinering vindt je in de Onderwijs- en Examenregeling (per cohort terug te vinden op Portaal voor Talent en de website van de Frank Sanders Akademie).

De generieke vakken (Nederlands, Engels, rekenen) worden verspreid over het 1e, 2e en soms 3e jaar geëxamineerd, met de mogelijkheid tot evt. herkansing in het 3e jaar.

In het 1e en het 2e jaar wordt er een examen Nederlands, rekenen en Engels gedaan. Aan de hand hiervan wordt bepaald of er les wordt aangeboden. Individuele studenten kunnen coaching of een bijscholingscursus aangeboden krijgen. Bij dyslexie krijgt een student meer tijd bij het examen. Er is een examentraining Nederlands, Engels en rekenen.

Voor bovenstaande vakken kan vrijstelling verleend worden; de Akademie behoudt onderhoudsplicht. De vakken Nederlands en Engels zijn verdisconteerd in het reguliere lesprogramma (theaterteksten- monologen en dialogen, liedteksten) en specifiek in de lessen Tekstschrijven. Theater is 'verhalen vertellen' middels taal, muziek en beweging. Daarbij komt veel Engels repertoire aan bod aangezien musicaltheater een van origine Anglo-Amerikaanse kunstvorm is. Het vak rekenen komt praktisch aan bod binnen het vak Cultureel Ondernemen (bv. begroting maken, projectplan schrijven, eigen administratie).

1.9 Studiebegeleiding en mentor

Per leerjaar vindt regelmatig studentenoverleg met de verschillende studiejaren plaats. Verder is er veel ruimte voor begeleiding van de studenten vanuit het onderwijsteam en de studieloopbaanbegeleider. Studiejaar 1 t/m 3 heeft in de lesweken een mentoruur met een vaste mentor.

1.10 Klassenvertegenwoordigers en studentenraad

Per leerjaar worden door de klas twee klassenvertegenwoordigers aangewezen.

Zij zijn de woordvoerders namens de klas en hebben zo nodig contact over lopende zaken met het Onderwijsteam (OWT) of het Organisatieteam (OT); de klassenvertegenwoordigers uit de verschillende jaren hebben een aantal malen per jaar overleg met elkaar in de studentenraad. Zaken die in dat overleg aan de orde zijn geweest worden daarna zo nodig met besproken met het OWT of OT.

1.11 Sociale veiligheid

Het kunstonderwijs is een vorm van onderwijs, waarbij niet alleen de vakinhoudelijke ontwikkeling centraal staat, maar ook de persoonlijke ontwikkeling. Dat betekent dat er meer dan bij ander beroepsonderwijs sprake is van individuele onderwijsvormen, fysieke nabijheid en intensieve samenwerking tussen docent en student en studenten onderling. Het team van de Frank Sanders Akademie is zich bewust van zijn bijzondere positie, de kracht en de betekenis van het onderwijs, maar ook van de inherente kwetsbaarheid.

Gezamenlijk zetten we ons daarom blijvend in tegen alle vormen van ongewenst gedrag en onveiligheid en voor het opleiden van weerbare professionals. Nu en in de toekomst.

Wat bedoelen we met sociale veiligheid? Een onderwijsinstelling biedt een omgeving waar studenten en medewerkers veilig, gezond en met plezier kunnen studeren en werken. Een onderwijsinstelling is veilig wanneer de sociale, psychische en fysieke veiligheid van studenten en medewerkers niet door handelingen van anderen wordt aangetast. Dit betekent ook dat pesten, discriminatie, (seksuele) intimidatie, agressie, geweld en andere vormen van ongewenst gedrag onacceptabel zijn, dat de instelling hiertegen optreedt en dit zoveel mogelijk voorkomt.

1.12 Vertrouwenspersoon

Ervaar je pestgedrag (seksuele) intimidatie, discriminatie of racisme op de Akademie, op je stage of daarbuiten? De vertrouwenspersoon op ROC Zuid is onafhankelijk en biedt een luisterend oor bij alle vormen van ongewenst gedrag. Mail ze: vertrouwenspersoonzuid@rocva.nl.

Reglement Vertrouwenspersonen ROCvA:

[https://www.rocva.nl/getmedia/80af990a-05d8-4583-bfad-47aac64d14af/Reglement_Vertrouwenspersonen_ROCvA-F-VOvA-\(27-05-2019\).pdf.aspx](https://www.rocva.nl/getmedia/80af990a-05d8-4583-bfad-47aac64d14af/Reglement_Vertrouwenspersonen_ROCvA-F-VOvA-(27-05-2019).pdf.aspx)

1.13 Intimiteitscoördinator

De Frank Sanders Akademie werkt samen met een intimiteitscoördinator, Cynthia Abma.

Een intimiteitscoördinator is iemand die intieme scènes begeleidt en choreografeert. Vergelijkbaar wat een stuntcoördinator doet met vechtscènes.

De intimiteitscoördinator geeft algemene voorlichting in alle klassen wat de do's en don'ts zijn tijdens (de repetities voor) een theatervoorstelling. Daarnaast is de coördinator aanwezig bij een aantal spellessen en/of repetities aanwezig om in de praktijk te laten zien welke grenzen een musicalacteur kan en mag aangeven en waar regisseurs rekening dienen te houden.

Meer over Cynthia Abma:

Cynthia (zij/haar) is al meer dan 34 jaar een allround Nederlandse actrice.

Vanaf 2021 werkt ze tevens als Intimacy Coördinator in Nederland en de EU.

Als Intimiteitscoördinator werkte ze aan meer dan 25 films, tv-series, theater- en musicalproducties.

Credits omvatten producties voor Netflix, Amazon, Disney, RTL, NPO, Stage Entertainment, De Graaf & Cornelissen e.a.

Cynthia is medeoprichter van Intimiteitscoördinatie Nederland, geeft workshops masterclasses en geeft les aan theater- en filmacademies.

CYNTHIA ABMA

Acteur - Intimiteitscoördinator - Voice over

M +31 6 55 35 74 11

<https://theintimacyguild.com/cynthia-abma-screen-netherlands/>

2. Studie in relatie tot andere activiteiten

Werken naast de studie aan de Frank Sanders Akademie kan.

Houd er echter rekening mee dat het werk niet mag conflicteren met de schooltijden, noch met de fulltime studiebelasting. Op grond hiervan is het aan te raden een werkring te zoeken, die (zeer) flexibel is.

Verder moet met de volgende regels rekening worden gehouden:

- Werken binnen het theater (of een theater setting) mag uitsluitend na overleg.*
- Auditeren voor producties buiten de school is alleen tijdens het derde en eventueel vierde jaar toegestaan. Ook hiervoor is eerst overleg noodzakelijk.*
- Een andere studie volgen naast de Akademie kan uitsluitend na goedkeuring.*
- Het is niet mogelijk de studie bij zwangerschap voor te zetten. De student dient (zonder aanspraak te kunnen maken op terugbetaling van het studiegeld) de Akademie te verlaten.
- Er mag niet verzuimd worden voor het afleggen van een rijexamen. Rijexamens kunnen dus het beste plaats vinden op een vrije dag.

**Bovenstaande verzoeken moeten worden ingediend bij iemand van het Organisatieteam. Binnen het werkoverleg tussen het Onderwijsteam en het Organisatieteam wordt dit besproken, waarna al of niet een honorering van het verzoek volgt.*

3. Frank Sanders Huis

Het Frank Sanders huis is eigendom van woningbouwvereniging Ymere.

Als je interesse hebt in een kamer in het FSA-huis dan stuur je een mail, met motivatie, naar Tom Kling (t.kling@rocva.nl).

Je krijgt dan een bevestiging dat je op de wachtlijst staat.

De procedure is dan als volgt:

- Als er een kamer vrijkomt in het FSA-huis dan wordt er door Bas, Frank en Tom in overleg met de zorgcoördinator bekeken voor welke student de hoogste urgentie geldt. Denk hierbij aan de thuissituatie, afstand of een andere dringende reden;
- De keuze voor toewijzing van een kamer wordt vervolgens aan de desbetreffende student meegedeeld;
- Mocht je op de wachtlijst staan en in tussentijd passende woonruimte hebben gevonden, laat dat dan aan Tom weten. Je wordt dan van de wachtlijst gehaald.

Ter informatie:

- *Er zijn 9 kamers in het studentenhuus en er komen ongeveer 3 kamers per jaar vrij.*
- *Als een student zijn diploma in juni krijgt dan heeft de student 3 maanden opzegtermijn. Voor elk jaar dat je in het FSA-huis hebt gewoond komt er een maand opzegtermijn bij. Bijvoorbeeld: je woont 2 jaar in het FSA-huis en je studeert af in juni dan heb je 5 maanden de tijd om andere woonruimte te zoeken.*

4. Huishoudelijk reglement

- Ben je ziek op een lesdag, dan moet je dat doorgeven op het nummer van de school: 020 579 18 80 tussen 9.00 - 9.15 uur.
- Als je weer beter bent meld je dit zelf bij het kantoor.
- Het is van belang om elke les op tijd te beginnen. Wees dus ruim van tevoren aanwezig in het gebouw en zorg dat je bijtijds bent omgekleed, indien dat nodig is.
- Bij een blessure word je geacht naar de les te komen kijken (tenzij anders is afgesproken met de docent of SLB-er).
- Straatschoenen zijn in de dansstudio's niet toegestaan (Studio 1 en 5).
- Opwarmen, inzingen en prepareren voor een solo les en/ of repetitie doe je in je eigen tijd. Tenzij, omwille van concentratie, een gezamenlijke warming-up dienstbaar is (zang en/of dans).
- Kopieën van tekstmateriaal en bladmuziek, uitgedeeld en verstrekt door een docent voor zijn of haar les, dienen zorgvuldig bewaard te worden in een ringband, map of plastic hoes.
- Optredens buiten de Akademie gedurende de opleiding zijn in principe niet toegestaan. In zeer uitzonderlijke gevallen kan er in goed en bijtijds overleg incidenteel afgeweken worden van deze regel.
- Het is verboden tijdens voorstellingen foto - en/of filmopnames te (laten) maken. Behalve op verzoek van of met goedkeuring van de schoolleiding.
- Geen borden, glazen, kopjes, klokhuizen, en schillen in de studio's. Met andere woorden eten en drinken is daar niet toegestaan. ER MAG NIETS WORDEN NEERGEZET OP DE PIANO'S EN DE VLEUGEL, DUS OOK GEEN FLESJES.
- Wanneer er muziek wordt gemaakt (piano, muziek via bluetooth op de versterker) in de studio's moeten de deuren dicht.
- Bij het verlaten van de studio moeten de stoelen aan één kant staan. Geen trainingskleding achterlaten en als je de laatste bent van die dag de lichten, verwarming, evenals geluidsapparatuur, uitdoen.
- Wekelijks heeft een aantal studenten corvee. Het rooster en de groepen hangen op het mededelingenbord. Houd rekening met de dagelijkse schoonmaak.
- Op de lesroosters staat ook welke studio's in gebruik zijn. Wil je in een studio repeteren, kijk dan eerst op het rooster en overleg vervolgens met de administratie, zodat zij de studio voor je kan reserveren.
- Kijk regelmatig op het mededelingen bord of er wijzigingen of aankondigingen zijn.
- Mobiele telefoons moeten binnen de school UIT staan, dit geldt zowel voor de studio's als voor de gangen. Je bergt je telefoon op in je kluisje of in je tas. Mobiel bellen is alleen toegestaan in dringende gevallen en nadat dit met de docent is overlegd. Bij uitzondering is tijdens de les je telefoon toegestaan op aangeven van de docent.
- Roken is in het schoolgebouw nergens toegestaan. Er mag alleen buiten gerookt worden.
- Het gebruik van soft -en harddrugs is ten allen tijden verboden

5. Kleding - en overige voorschriften

- Bij alle bewegingslessen is bewegingskleding verplicht. Kleding waarbij het lichaam en de lichamelijke lijnen zichtbaar moeten zijn.
- Kleding met afleidende elementen zoals pailletten en grote logo's, zijn niet toegestaan.
- Alleen dansschoenen zijn toegestaan voor de dans- en bewegingslessen. Buitenschoenen en trainingsschoenen met stroeve zolen zijn niet toegestaan bij dans- en bewegingslessen.
- Bij alle dans- en bewegingslessen zijn los bungelende sieraden zoals kettingen, armenbanden, oorbellen en ringen niet toegestaan. Horloges zijn voor aanvang van de les af.
- Lange haren zijn vast, tenzij anders aangegeven.
- Blote buik is niet toegestaan bij Klassiek, Musical Zang & Dans en BTC maar wel bij andere dans- en bewegingslessen.
- Elke bewegingsles kan zijn eigen kledingvoorschriften hebben, afhankelijk van de wensen van de docenten.
- Voor de lessen Zangtechniek moet studenten in het bezit zijn van een geluidsopname apparaat of mag de mobiele telefoon worden gebruikt.

6. Aanschaflijst voor 1e jaars studenten Frank Sanders Akademie 2025-2026

*Voor de lesperiode van het eerste jaar zien jullie hieronder een lijst met spullen die jullie moeten aanschaffen voor de dans- en bewegingslessen. Hieronder zijn een aantal sites te vinden om te helpen met de keuzes. De sites zijn er als opties.
Handige tip: schaf voldoende basis danskleding aan.*

Aanschaflijst voor vrouwen:

- Zwarte balletpak.
- Zwarte leggings.
- Balletschoenen (liefst met een splitzool)
- Wikkelrok is niet verplicht maar mag.
- Danskleding zowel zwart als kleur waarin je je comfortabel voelt en je lichamelijke lijnen te zien zijn.
- Danssneakers met splitzool
- Kniebeschermers
- Zwarte caractères

Omschrijving caractères:

* Hakhoogte minimaal 5 cm

* De caractères moet goed om de voet heen zitten. Het liefst eerst zo strak mogelijk zodat het ingelopen wordt.

* De caractères moeten zwart zijn

* Geen open teen caractères, de tenen moeten bedekt zijn.

Omschrijving danssneaker met splitzool:

- * De danssneaker moet zwart zijn
- * De danssneaker moet goed om de voet heen zitten. Het liefst eerst zo strak mogelijk zodat het ingelopen wordt.
- * Er moet op gedraaid kunnen worden.
- * Zowel hoge danssneakers als lage danssneakers zijn toegestaan, afhankelijk van steun voor de enkels en bewegingsmogelijkheden.

Sites als voorbeelden van vrouwelijke caractères en danssneakers:

<https://www.danswinkel.nl/sodanca-dansschoenen-ch98>

<https://www.danswinkel.nl/bloch-dames-splitflex-lederen-character-schoenen-s0390l>

<https://www.danswinkel.nl/sodanca-dansschoenen-ch792>

<https://www.danswinkel.nl/sodanca-dansschoenen-ch56>

<https://eu.blochworld.com/nl/collections/mens-dance-shoes/products/adult-criss-cross-split-sole-dance-sneakers-black-mesh-leather>

<https://eu.blochworld.com/nl/collections/adult-dance-trainers/products/mens-boost-mesh-split-sole-dance-sneakers-black-mesh-suede>

<https://www.capezio.eu/rock-it-dansneaker>

<https://www.capezio.eu/low-top-dansneaker>

<https://www.danswinkel.nl/capezio-rockit>

<https://www.papillondanskleding.nl/papillon-danssneaker-pa1513>

<https://www.papillondanskleding.nl/papillon-danssneaker-pa1506>

<https://www.danswinkel.nl/rumpf-nero>

<https://www.danswinkel.nl/rumpf-zuma-danssneaker-ademende-high-tech-mesh-upper-zwart>

<https://www.danswinkel.nl/rumpf-zuma-danssneaker-ademende-high-tech-mesh-upper-zwart>

<https://www.danswinkel.nl/rumpf-limbo>

Aanschaflijst voor mannen:

- Zwarte danslegging
- Zwarte tanktop of dansshirt.
- Balletschoenen (liefst met een splitzool)
- Dancebelt voor klassiek ballet
- Danskleding zowel zwart als kleur waarin je je comfortabel voelt en lijnen te zien zijn.
- Danssneakers met splitzool
- Kniebeschermers
- Zwarte caractères

Omschrijving caractères:

- De caractères moeten zwart zijn
- De caractères moet goed om de voet zitten. Liefst eerst zo strak mogelijk zodat het ingelopen wordt.
- Met veters
- Lichte hak

Omschrijving danssneaker met splitzool:

- * De danssneaker moet zwart zijn
- * De danssneaker moet goed om de voet heen zitten. Het liefst eerst zo strak mogelijk zodat het ingelopen wordt.
- * Er moet op gedraaid kunnen worden.
- * Zowel hoge danssneakers als lage danssneakers zijn toegestaan, afhankelijk van steun voor de enkels en bewegingsmogelijkheden.

Sites als voorbeelden van mannelijke caractères en danssneakers:

<https://www.danswinkel.nl/so-danca-character-dames-dansschoenen-ch95-met-vetersluiting>
<https://www.capezio.eu/overture-oxford>

<https://eu.blochworld.com/nl/collections/mens-dance-shoes/products/adult-criss-cross-split-sole-dance-sneakers-black-mesh-leather>
<https://eu.blochworld.com/nl/collections/adult-dance-trainers/products/mens-boost-mesh-split-sole-dance-sneakers-black-mesh-suede>
<https://www.capezio.eu/rock-it-dansneaker>
<https://www.capezio.eu/low-top-dansneaker>
<https://www.danswinkel.nl/capezio-rockit>
<https://www.papillondanskleding.nl/papillon-danssneaker-pa1513>
<https://www.papillondanskleding.nl/papillon-danssneaker-pa1506>
<https://www.danswinkel.nl/rumpf-nero>
<https://www.danswinkel.nl/rumpf-zuma-danssneaker-ademende-high-tech-mesh-upper-zwart>
<https://www.danswinkel.nl/rumpf-zuma-danssneaker-ademende-high-tech-mesh-upper-zwart>
<https://www.danswinkel.nl/rumpf-limbo>

7. Overige praktische informatie

Adres

Frank Sanders Akademie voor Musical en muziektheater
Postjesweg 1
1057 DT Amsterdam
Telefoon **020 579 18 80**
Email info@franksandersakademie.nl
Website www.franksandersakademie.nl

Bereikbaarheid

- Vanaf station Amsterdam Centraal tram 17
- Vanaf metrostation Weesperplein tram 7. In beide gevallen uitstappen bij halte Postjesweg / Witte de Withstraat. De ingang van de Akademie is het gebouw aan het water
- Vanaf station Sloterdijk bus 15 nemen tot halte Hoofdweg / Postjesweg

Met de auto:

Vanuit Den Haag/Rotterdam

Op de A4 rijdt u via de Schipholtunnel richting Amsterdam. Bij knooppunt De Nieuwe Meer de Ringweg A10 richting Leeuwarden / Zaanstad aanhouden.

Vanuit Utrecht (A2)/Amersfoort (A1)

Komend van de A2 / A1 volgt u de Ringweg West (richting Den Haag) en vervolgens neemt u de afslag Zaanstad.

Vanuit Zaandam/Alkmaar

Op het Coenplein volgt u de A10 richting Den Haag.

Afrit S106 / Osdorp / Overtoomse Veld. Aan het einde van de afrit richting Centrum (Cornelis Lelylaan). Links voorsorteren voor het stoplicht, rechtdoor rijden. De rotonde (Surinameplein) $\frac{3}{4}$ nemen en rij dan de Hoofdweg in. Direct na de brug over het water gaat u rechtsaf (Postjesweg). Vlak voor de brug naar de Kinkerstraat zie je het gebouw aan je rechterkant aan het water.

Parkeren

In stadsdeel De Baarsjes geldt betaald parkeren.

Studiefinanciering / OV-jaarkaart

Door onze samenwerking met het ROC komen de studenten vanaf 17 jaar in aanmerking voor studiefinanciering en daarmee voor de OV-jaarkaart.

Omdat het ROC voornamelijk opleidingen biedt op MBO-niveau, volgt de studiefinanciering de criteria hiervoor. Studiefinanciering kan worden aangevraagd bij de DUO in Groningen:

www.duo.nl

Gebruik Studio's / Studiohuur

De studio's van de Akademie zijn buiten schooltijden beschikbaar voor de studenten om te repeteren. Dit kan echter alleen in overleg met de administratie.

Daarnaast zijn de studio's beschikbaar voor verhuur. Ook dit in overleg met de administratie.

Voor overige zaken vraag de administratie.

8. Nuttige adressen/telefoonnummers

Openbare Bibliotheek
Oosterdokskade 143
1011 DL Amsterdam
Telefoon 020 5230900
Email info@oba.nl

Uitgeverij International Theatre & Filmbooks
<https://www.itfb.nl/>

Backstage Make-up en Grime
Rozengracht 101/103
1016 LV Amsterdam
Telefoon 020 6221267

Danswinkel Amsterdam-Papillon
Bilderdijkstraat 128
1053 LA Amsterdam
Telefoon 020-7372586

Hoe vind ik een nieuwe kamer?

Vertel iedereen die je kent dat je een kamer zoekt. Driekwart van de studenten vindt via via woonruimte. Schrijf je in bij een niet - commercieel kamerbemiddelingsbureau. Hang een briefje dat je een kamer zoekt op prikborden van je hogeschool of universiteit . Doe je toch een beroep op een commercieel kamerbureau, betaal dan geen hoge inschrijfgelden en bemiddeling – of administratie kosten.

Verder kun je de volgende websites bekijken:

www.mva.nl (koopwoningen in Amsterdam)
www.woningnet.nl (huuraanbod van coöperaties)
www.studentenwoningweb.nl
www.srvu.vu.nl (ook voor niet –VU –studenten)
www.intermezzo.org (alleen voor voltijdstudenten)
www.anti-kraak.nl
www.zwerfkeibewaring.nl (tijdelijke lege ruimtes)
www.asw.nl (bemiddeling bij woongroep)