



TRENER 1 KURS FREESKI VÅREN 2024

Oslo Skikrets inviterer til Trener I kurs i Freeski de to siste helger i april. Kurset er på 47 t, hvor 5 t er e-læring. Kurset går over to helger 7 dager/kveld. De som har trampolinetrener fra før slipper å ta trampoline delen, men må ta teori fredag 19 april kveld og søndag 21 april kl 14-16.

(e-læring består av Barneidr verdigrunnlag og Ski for funksjonshemmede)

Aldersgrense 15 år (14 år kan godtas om klubb godkjenner- kompetanse kommer først ved 15 år)

Frist påmelding: 13 april- [påmeld i Sonen](#)

Pris. 1500 for hele kurset (de som ikke er med på trampoline del betaler: 750),

200 for kort i SNØ, de som har årskort trenger ikke betale

PLAN

Kursholder: Marcus Joteig mob. 99260198

Helg I –Trampoline

Fredag 19 april kl 17.30-21.30: Teori,

Bryn- Brynsveien 13, 4 etg, Spiserommet”

Lørdag 20 april: kl. 10-18- Turn-trampoline

Idrettens Hus Nordbyen(Rommen), Haavard Martinsens vei 30, 0978 Oslo

Søndag 21 april-kl. 10-14, Turn-trampoline + teori kl. 14-16 i Teorirom

Idrettens Hus Nordbyen (Rommen), Haavard Martinsens vei 30, 0978 Oslo

Mandag 22 april-kl 17.30-21.30, Trampoline

Årvoll- Bård Skolemestervei 1, 0590 Oslo

Helg II-Ski

Kursholder: Andreas Viken mob. 98025489

Fredag 26 april-digitalt kl 16.30-20.30, Zoom-teori

Lørdag 27 april kl. 10-15.30 +15.30-18-teori

Ski i SNØhallen Lørenskog, teori 15.30-18, 6 etg rom i SNØ, (henvend velkomstsenter 1.etg)

Søndag 28 april kl. 10-17-gymsal Kjelsås, Stadionhallen Grefsen Stadion

Spørsmål i forkant kontakt: Oslo Skikrets ved Tove: tove.andersen@skiforbundet.no