



Invitasjon Trener I kurs alpint og TD kurs alpint i forbindelse med kretssamling på Haukelifjell skisenter 2-5 desember 2021

Alpinkomiteen er veldig opptatt av at klubbene har gode trenere til å ta seg av barn og unge. Spesielt nå etter at samfunnet og idretten har åpnet opp igjen. Vi vet også at i inneværende sesong, var det veldig mye god klubbaktivitet på tross av pandemien.

På bakgrunn av innmeldt behov samt muligheten fra kretstrener til å samkjøre trenerutdanning ifbm. kretssamling inviterer vi klubbene til Trener I kurs. Kurset er delt opp slik at noe tas via E-læringsmoduler og resten tas i praktiske økter under samlingen, samt noe teori. Kursavgift er 1000,- pr. pers som faktureres klubbene i etterkant. Overnatting og heiskort inngår ikke i kurset, men gjøres ifbm. kretssamlingen.

Kurslærer er kretstrener Helge Andersen

På denne samlingen ønsker vi også å utdanne nye TD'er i klubbene. I denne sammenheng ønsker vi primært en fra hver klubb. Kurslærer vil god tid i forkant sende ut en del teori pr. mail som må gjennomgås. Selve praksisøkten på kurset gjennomføres i bakken, men da kun med de som har utført sine hjemmeoppgaver. Hvis alle gjør som de skal blir praksisøkten rundt 4 timer.

Kurslærer er region TD Øivind Naper

Vi går ut tidlig med denne informasjonen og setter samtidig en tidlig påmeldingsfrist. Dette slik at alle skal få tid til å ta sine E-moduler og teoriopplæring. Kurset er gratis.

Påmelding blir via min idrett på terminlisten på nett. Frist for påmelding til begge kursene er 13/11 2021.

<https://www.skiforbundet.no/ars/alpint/terminliste-alpint-ars/>

Trener 1 Alpint er et praktisk rettet kurs på 45 timer som vil gjøre kursdeltakerne i stand til å gjennomføre god og allsidig trening for barn og unge med vekt på alder opptil 12 år.

Moduler/timefordeling:

- 424.1.06 Gode læresituasjoner Alpint (2t)
- 420.1.01 Utvikling av skiteknikk (2t)
- [420.1.02 Trenerrollen \(NIF e-læring, 3t + 1t praksis\)](#)
- [420.1.03 Idrett uten skader \(NIF e-læring, 2t + 1t praksis\)](#)
- [420.1.04 Idrettens verdigrunnlag \(NIF e-læring, 3t\)](#)
- [420.1.05 Aldersrelatert trening \(NIF e-læring, 3t\)](#)
- 424.1.08 Langsiktig utviklingsplan A (3t)
- [420.1.06 Ski for funksjonshemmede \(NIF e-læring, 2t\)](#)
- 424.1.01 Alpin skiteknikk (2t)
- 424.1.02 Grunnteknikk Lange Svinger (5t)
- 424.1.03 Grunnteknikk Korte Svinger (5t)
- 424.1.04 Introduksjon Fart (5t)
- 424.1.05 Barmarkstrening barn (4t)
- 424.1.08 Planlegging Alpint (1t)
- 424.1.07 Utstyr og skiprepp (2t)

Sportslig hilsen Thomas Liland-Vik
AK leder