



HORDALAND SKIKRETS

TRENER I

Gult: E-læring

Raud tekst: Fellesstoff gjeldande for nif.

Kode	Modulnavn	Timer	Felles NIF	Felles NSF	Langrenn	E-læring	teori	praksis	Når
1.01	Skitrening på snø I	4			4			4	07.06.
1.02	Skitrening på barmark	4			4			4	16.08
1.1	Utvikling av skiferdighet	4		4		1	1	2	VF,16.08-07.06
1.2	<i>Trenerrollen</i>	4	4			3	1		16.08
1.03	Skitrening på snø II	6			6		2	4	08.06
1.04	Rulleskitrening	4			4			4	17.08
1.3	<i>Idrett uten skader</i>	2	2			2			Valfritt
1.4	<i>Organisasjon</i>	3	3			3			Valfritt
1.5	<i>Aldersrelatert trening</i>	6	3	3		3	3		Valfritt/16.08
1.6	<i>Integrering FH</i>	2		2		2			Valfritt
1.05	Utstyr og smøring	2			2		2		07.06
1.06	Treningsplanlegging	4			4		2	2	17.08
	Totalt	45	12	9	24	14	11	20	