

Nordland Skikrets og Norges Skiforbund inviterer til

## Trenerkurs Alpint for funksjonshemmede 1

Trenerkurset er et praktisk rettet kurs på 16 timer, som gir en grunnleggende og enkel innføring i skiaktivitet for funksjonshemmede. Gjennom konkrete og praktiske eksempler viser kurset hvordan man kan tilrettelegge for utvikling og lystbetont aktivitet.

**Arrangør:** Norges Skiforbund og Nordland Skikrets

**Kursholder:** Beate C. Haugen

**Sted:** Valnesfjord Helsesportsenter / Sulitjelma Skisenter

Teoridelen vil foregå på Valnesfjord Helsesportsenter

**Dato:** 04.-06. februar 2016

**Målgruppe:** Kurset inngår i Trenerløypa og er rettet mot alpintrenere, utøvere, lærere, behandlingssentre, NAV og andre som ønsker å aktivisere funksjonshemmede på ski

**Tid:** 16 timer

### Mål

Etter gjennomført kurs skal en trener kunne legge til rette og lede skiaktivitet for funksjonshemmede. Der utvikling og behov står sentralt, slik at man skaper skiglede, trygghet, utfordring og mestring. Et av målene for kurset er å gi deltagerne en introduksjon i bruk av sit-ski.

### Kompetansekrav:

Forkunnskaper: Ingen

Krav til at deltager er selvstendig på ski. Og har kjennskap til bruk av heis, og bruk av alpint skiutstyr.

### Rammeplan

Kurset består av fire moduler av 4 timer hver.

Modul 1	Ledsager	4 t praksis
Modul 2	Generell skiteknikk	4 t praksis
Modul 3	Utstyr/sikkerhet/Integrering	2 t praksis, 2 t teori
Modul 4	Trenerrollen (T1 Alpin kurs)	2 t e-læring
Modul 5	Trenerrollen	2 t praksis

### Kurs gjennomføring:

Trenerrollen – 2 t. foregår på e-læring og må bekreftes gjennomført ved ankomst (Info om dette vil bli sendt ut etter påmelding)

### Kurshelg

Torsdag: Ankomst, Teori 2 t

Fredag: Praksis Skisenteret Valnesfjord Helsesportsenter 6 t

Lørdag: Praksis Sulitjelma Skisenter 6 t

Pris: 1.500,-