

Oslo Skikrets inviterer til Trener II kurs langrenn over 2 helger

Oppstart 7–9 januar 2022

Trener II kurset er på 55 timer med lærer, og ca. 15t e-læring. Kurset omfatter både teori og praksis. Det retter seg mot nåværende eller fremtidige trenere og ledere i langrenn for unge fra 13–16 år. Kurset følger opp Trener I kurset i Trenerløypa. Kurset omfatter kunnskap om tekniske krav for aldersgruppen, samt kompetanse treningslære.

Opptakskrav: Gjennomført Trener I, inkl gjennomført 45 timer praksis en klubbleder signert skjema (ligger under e-læring trener I).

Gjennomføring: går over to helger – en skihelg og en barmarkshelg. Kreves det at du har både klassisk og skøyteski og rulleski, og er motivert for å prioritere de timene som skal til. Aldersgrense er 16 år. Det er en gruppeeksamen på slutten for å prøve ut det en har lært. For å få kompetansen Trener II må E-læringene og 75t praksisskjema signet av klubbleder også være utført. Krav om minimum 75 % oppmøte.

Tid Sted helg I-skihelg : 7.–9. jan. i Nittedal, Skistua på Sørli Sørliveien 62 (kan ta tog)

Fre kl. 17.30-22 (teori og praksis ski)

Lør. Kl 9-19 (teori og praksis ski)

Søn. 9-16.30 (teori og praksis ski)

Tid Sted helg II-barmarkshelg : 22.- –24. april på Oslo Nord(Lillomarka arena og Liastua) (tidene kan bli justert noe)

Fre:kl. 17.30-21.15 (Lillomarka)

Lør: kl.9-19 (Lillomarka)

Sønkl. 11.-15(Liastua Vestli-Stovner)

Mat: lørdag et varmmåltid, søndag et lunsj måltid, samt kaffi /te alle dager

Kursholder: Sebastian Aagnes (90081126)

Tid: - ca. 26-28 t pr helg, detaljert tidsplan og innhold blir sendt ut i forkant av kurset

E-modul: gjøres senest innen siste kurshelg

- gå inn på <https://ekurs.nif.no/course/index.php?categoryid=60>

- logg på med MinIdrett bruker og gjennomfør alle 6 moduler

- **Modul 6:** her skal du laste opp praksisbevis som signeres av klubben

Kursavgift: 3000,-

Faktura sendes klubben etter oppstart, viktig å informere klubben om din deltakelse. Hvis du er trener i en annen klubb enn du er medlem i si fra hvor faktura skal sendes.

Påmeldingsfrist: 30. des., påmld i Min Idrett; søk opp:

Trener II kurs langrenn Oslo 2022

Spørsmål og innsending av e-læring, alle samlet:

sebastian.aagnes@skiforbundet.no