Treningsleder kurs langrenn 17 og 18 oktober

Oslo Skikrets inviterer til Treningslederkurs med oppstart 17-18 oktober helga. Snømodulen tas til vinteren. Treningslederkurset er på 16 timer. Det tilsvarer det «gamle Trener 1 kurset» og er på 4 moduler. Utvikling av skiferdighet, Trenerrollen, Skitrening på barmark og Skitrening på snø. Dette er starten på Trenerløypa og kan oppgraderes til Trener 1 ved å ta de resterende 30 timene. Kurset gir en innføring i grunnprinsippene for skitrening for barn alderen 6-13 år.

Sted og tid:

Møt Idrettens hus Ekeberg, Ekebergveien 101, 3 etg, *Bakrommet,*

**Lørdag 17 oktober: kl 9-14,** trenerrollen, utvikling av skiferdighet, praksis

Ta med utetøy og joggesko

**Søndag 18 oktober : kl 9-13,** Skitrening barmark praksis, rulleski praksis

Ta med utetøy og joggesko og rulleski(skøyting best), skisko, staver, refleksvest, hjelm

Kursholder:

Katrine Horsberg Lange mob.97186340

Pris: Treningslederkurset har en pris på 750,- pr person for 16 timer. Må avklares med klubb om de betaler. Faktura sendes klubb etter oppstart dersom annet ikke er avtalt med deltager.

Krav om tilstedeværelse: minimum 75 % for å få godkjent

Påmelding: [www.idrettskurs.no](http://www.idrettskurs.no/)  ,må være registrert i Min Idrett,

**Frist:11 okt**