

Oversikt Trener II – Forslag gjennomføring

Ajournført 17.12.17

Når	Modul	Teori	Praksis	E-læring	Forelesere	Dato/kl	Sum timer
Samling høst 26.-27.10.19	2.7.1 Trenerrollen og klubbmiljø	4			BRY	26.10/0900	20
	2.1.1 Arbeidskrav og utviklingstrappa	4			Per Elias Kalfoss	26.10/1200	
	2.7.4 Regler og retningslinjer	2			Per Elias Kalfoss	26.10/1500	
	2.2.1 Utholdenhetstrening barmark	1	3		BRY	27.10/0900	
	2.4.1 Rulleskitrening	2	2		BRY	27.10/	
	2.7.3 Funksjonshemmede		2		Per Elias Kalfoss	27.10	
E- læring	420.2.09 Treningsplanlegging			4			9
	2.6.1 Idrettsernæring			2			
	420.2.05 Spiseforstyrrelser (sunn idrett)			3			
Samling sen høst 9.-10.11.19	420.2.09 Treningsplanlegging	4			BRY	9.11/0900	19
	2.6.4 Skader i langrenn	2			Ole Morten Tunes	9.11/1300	
	2.2.3 Styrke-, spenst- og hurtighetstrening	1	3		BRY	9.11/1500	
	2.6.1 Idrettsernæring	1			Ernæringsfysio	10.11/0900	
	420.2.05 Spiseforstyrrelser (sunn idrett)	1			Ernæringsfysio	10.11/1000	
	2.7.2 Mental trening og motivasjon	3			Annen	10.11/1100	
	2.2.4 Koordinasjon- og basistrening. Uttøying	2	2		BRY	10.11/1400	
E- læring	420.2.06 Aldersrelatert trening 2			4			7
	2.6.3 Anti-doping/ren utøver			3			
Samling vinter	2.3.1 Langrennsteknikk teori	4			BRY	18.4/0900	18

18.- 19.4.20	2.2.2 Utholdenhetstrening snø	1				18.4/ 1200	
	2.3.2 Langrennsteknikk Klassisk		4		BRY	18.4/ 1300	
	2.3.3 Langrennsteknikk skøyting		4		BRY	19.4/ 0900	
	2.2.2 Utholdenhetstrening snø		3		BRY	19.4/ 1200	
	2.5.8 Praktisk – metodisk – gruppe eksamen		2			1400/	
Timer totalt		32	25	16			73