

TRENINGSLEDERKURS LANGRENN 2019-2020

Telemark og Vestfold skikrets inviterer til Treningslederkurs på 16 timer. Kurset består av 4 moduler:

| Modul | Tema | Teori/praksis |
|----------|---------------------------|----------------------|
| 420.1.01 | Utvikling av skiferdighet | 2t teori+2t praksis |
| 420.1.02 | Trenerrollen | 1t e-læring+3t teori |
| 422.1.01 | Skitrening på snø I | 4t praksis |
| 422.1.02 | Skitrening på barmark | 4t praksis |

Treningslederkurset er starten på Trenerløypa og kan oppgraderes til Trener I ved å ta de resterende 30 timene. Kurset gir en innføring i grunnprinsippene for skitrening for barn i alderen 6-12 år. Aldersgrense deltakere er 16 år. Krav om minimum 75 % tilstedeværelse.

Hvor: Rjukan Stadion

Når: Onsdag 27.november kl 18-22 (Utvikling av skiferdighet)

Torsdag 28.november kl 18-21 (Trenerrollen)

Siste to moduler (Skitrening på snø I og Skitrening på barmark), settes opp i dialog med kursholder.

Kursholder: Anita Beitdokken, anitaeb@online.no, tlf 99 54 22 41

E-læring: Trenerrollen skal være gjennomført før kursoppstart. Gå inn på:

<https://ekurs.nif.no/course/index.php?categoryid=59>

- Logg inn med Min Idrett bruker - Særforbund er Norges Skiforbund - Velg Trener I, ta modulen; Trenerrollen. Kopi av kursbevis/skjermdump av bestått modul sendes til marie.haugen@skiforbundet.no

Utstyr: Treningstøy/joggesko, rulleski skøyting/klassisk, uteklær alle dager, husk skift. Ta med niste.

Pris: 750,-. Klubbene faktureres i etterkant av kurset.

Påmelding: I [Min Idrett](#). Husk å krysse av for alle modulene du skal ta. Påmeldingsfrist 20.november.

For spørsmål, ta kontakt med Marie Renate Haugen, TVSK, marie.haugen@skiforbundet.no, tlf 91 15 59 56