



## Trenerkurs Alpint for Funksjonshemmede 1 Beitostølen helgen 24-26 november 2017

Oslo skikrets inviterer til Trenerkurs i alpint for funksjonshemmede. Kurset 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:** Oslo Skikrets

**Kursholder:** Beate C. Haugen mob. 48105262

**Sted:** Beitostølen , Teoridelen vil foregå på Radisson Blu Beitostølen

**Dato:** 24.-26. november 2017

**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 sitski.

**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**

Fredag: ca kl. 18-20 Ankomst, Teori 2 t  
Lørdag: ca kl. 12-17 Praksis Beitostølen Skiheiser 6 t  
Søndag: ca kl. 10- 17 Praksis Beitostølen Skiheiser 6 t

**Pris:**

Kursavgift er på 1.500,- (blir etterfakturert)

Man kan ordne overnatting selv eller i vår regi kan det, kryss av for ønsket alternativ.

Pris overnatting vår regi: 4 persons hytte koster 1400,- helga(dette deles), selvhushold mat, selvvask

Heiskort koster 200,- pr dag

Deltagere som skal bli trener for ParaAlpint gruppa vinteren 2018 får gratis kurs, heiskort og ev overnatting.

**Påmelding:** Påmeldingsfrist er 9 november innen kl. 23.00, [påmeldingslink](#)

Spørsmål ang. påmelding henvendes:

Tove Andersen, Oslo Skikrets mob. 90814660

[tove.andersen@skiforbundet.no](mailto:tove.andersen@skiforbundet.no)