



Norges Skøyteforbund

Oslo, 20.08.2019 oppdatert 22.08

Velkommen til trener 1-kurs, roller derby

NSF arrangerer del 1 av trener 1-kurs for roller derby i Bergen 14-15.september.

Trenerkurset bygger på NIFs trenerløype og har en egen kursbeskrivelse vedlagt. Del 2 av kurset vil avvikles våren 2020.

Kurset avholdes på Amalie Skram VGS, Lungegårdskaian 40, 5015 Bergen.

Pris: Kurset er gratis og koster vanligvis 2500,- pr. del, men er subsidiert av Sparebankstiftelsen.

I tillegg subsidieres 1000,- i reisestøtte til deltagere som kommer fra andre byer enn Bergen. Dette betales samlet til deltagernes klubber etter endt kurs.

For å bli godkjent trener 1 ihht. NIF og NSFs trenerløype:

Delta på kurshelg 1

Delta på kurshelg 2

Gjennomføre 5 e-læringsmoduler

Ha trenerpraksis i 45 timer

Vi har en egen hotellavtale med Scandic som har rabattert pris, men sjekk, det er noen ganger man kan få det billigere på Booking.com, Hotels.com etc.

Hotellavtale Scandic: <http://tiny.cc/500fbz>

Den enkelte booker hotell og reise selv. Vi serverer lunsj lørdag og søndag, samt kaffe og frukt alle dager. Gi beskjed ved evt. allergier: Ingrid Hagerup: hagerup.ingrid@gmail.com

Alle må ha med skøyter til de praktiske delene.

Alle skal gjennomføre disse 5 e-læringsmodulene før kurshelgen: (ikke øvelsesvideoer for kunstløp som ligger på samme side!)

<https://ekurs.nif.no/course/index.php?categoryid=127>

Påmelding innen 1.september (bindende påmelding): <http://tiny.cc/1fcgbz>

Kursholdere er Camilla Farestveit, Torunn Mørkeseth Karlsen og Joanna Soares

Kontaktpersoner:

Påmelding: LiseRosto.Jensen@nif.idrett.no

Tidsplan:



Norges Skøyteforbund

Tidsplan:

Trener 1, Roller derby Samling 1, 14-15.sept 2019, oppdatert 22.08

Lørdag 14.09		Søndag 15.09	
10.00-1015 (Camilla)	Oppstart		
10.15-1100 (Camilla)	Modul 1: Idrettens organisering og retningslinjer	10.00-11.00 (Torunn og Joanna)	Modul 9: Grunnleggende skøyteferdighet (teori)
1100-1230 (Camilla)	Modul 3: Pedagogikk, læringsklima og kommunikasjon	11.15-12.45 (Torunn og Joanna)	Modul 9: Grunnleggende skøyteferdighet (praksis)
12.30-13.15	Lunsj	12.45-13.30	Lunsj
13.15-14.15 (Camilla)	Modul 3: Pedagogikk, læringsklima og kommunikasjon	13:30 - 15:00 (Torunn og Joanna)	Modul 9: Grunnleggende skøyteferdighet (praksis)
14.15 - 16.15 (Camilla)	Modul 6: Generell treningslære og skøytespesifikk anatomi	15.00 -16.00 (Torunn og Joanna)	Modul 10a: Skøyteteknikk/minimumskills (teori i hallen)
1615-1745 (Torunn og Joanna)	Modul 3- idrettsesifikk kommunikasjon	16.00-18.00 (Torunn og Joanna)	Modul 10a: Skøyteteknikk/minimumskills (praksis)