



Ungdomstränarutbildning snö Längdskidor

Utbildningen riktar sig till ungdomstränare som ska ta hand om ungdomar, uppskattningsvis i åldern 13-16 år. Utbildningen behandlar grundstadiet och uppbyggnadsstadiet i utvecklingsmodellen. Konceptet "Skidlära" handlar om att lära sig grunderna inom skidåkning. Man ska få prova på allt på ett lättsamt sätt. Det ska bli en mjuk övergång från skidkultiverksamheten med aktiviteter på ungdomars villkor. Den sociala delen ska också framhållas, vilket är mycket viktig för den här målgruppen. Utbildningen utgör andra steget i Svenska Skidförbundets modell för ledarutbildning och är uppdelad i två delar, barmark och snö. Nu genomför vi snödelen.

Mål

- Efter genomgången utbildning ska man kunna ta hand om ungdomar (ca 13-16år)
- Förstå hur man utformar träningsverksamheten så att den tilltalar ungdomarna.
- Grundläggande kunskaper om ungdomars utveckling, träningslära och den positiva tanken.
- Tyngdpunkt på teknik

Tid

27-29 januari. Klockan 18.30-ca 21.00 på fredag, klockan 9.00-ca 16.00 på lördag och söndag.

Plats

Hulistugan, Selånger SOK:s klubbstuga

Kursledare

Jennifer Elffors och Evelina Sepänmaa

Kostnad

2500kr/deltagare. Avgiften faktureras efter kursen. I avgiften ingår kurslitteratur samt fika på fredag, lunch och fika på lördag och söndag.

Förkunskaper

För att gå Ungdomstränarutbildningen krävs att man har genomfört barnledarutbildningen (steg 1).

Anmälan

Görs via SISU Idrottsutbildarnas hemsida: www.sisuidrottsutbildarna.se/vasternorrland senast 20 januari. [Här kommer du direkt till anmälningssidan.](#) Ange ev. specialkost till Lena Andersson

Frågor

Angående anmälan till Lena Andersson, SISU Idrottsutbildarna 010-476 48 70, e-post: lana.andersson@vnirott.se

Angående kursen till Jennifer Elffors 073-838 73 78, e-post: Jennifer.elffors@hotmail.com eller Evelina Sepänmaa 073-718 06 59, e-post: eve_002@hotmail.com

Välkommen!