



i samverkan med



INBJUDAN

TRÄNARUTBILDNING SKIDTRÄNA

Utbildningen behandlar det tredje utvecklingsstadiet, uppbyggnadsstadiet, i Svenska skidförbundets utvecklingsmodell för längdskidor.

Utbildningen riktar sig till ungdomstränare eller blivande ungdomstränare som ska ta hand om ungdomar mellan 13 - 16 år.

Utbildningen sker genom ett varierat lärande och innehåller såväl teoretiska som praktiska moment. Mellan de två fysiska utbildningsträffarna (helger) sker webbaserade egenstudier.

100% närvaro på de två fysiska utbildningshelgerna gäller.

Kursmål

- Känna trygghet att leda och utveckla skidungdomar i åldern 13-16 år, såväl teoretiskt som praktiskt.
- Kunskap om ungdomars utveckling, träningslära och planering.
- Ledarskap för ungdomar
- Kost och återhämtning
- Kunskap om utveckling av skidteknik samt utrustning och vallning.

Läs mer om utbildningen här:

<https://www.skidor.com/Grenar/langdakning/Utbildning/varautbildningar/skidtrana13-16ar/>

Förkunskaper

Du ska ha genomfört RF/ SISU's grundutbildning för tränare eller skidförbundets tidigare barnledarutbildning (2019 el. tidigare).

Tid och plats

Del 1 (barmark): **Älvsbyn** (Älvsby Folkhögskola) **18 – 20 september** 2020
Start fredag (prel. kl.18.00) och avslut ca.15.00 söndag.

Del 2 (snö): **Gällivare** (Scandic och Hellnerstadion) **4 – 6 december** 2020
(preliminärt datum för del 2)

Kursledare

Anders Strid & Lisbeth Larsson



Kostnad

Ca 3500 kr. OBS, kostnaden är för hela kursen, både barmarks- och snödelen.

Avgiften kommer att faktureras.

I avgiften ingår kurslitteratur samt kost. OBS! Logi ingår ej.

Föreningen kan söka Idrottsmedel för halva kursavgiften, dock senast 2 veckor efter slutförd utbildning.

Undersök även med ditt lokala SISU-distrikt om ekonomiskt bidrag.

Logi

Bokas och bekostas vid behov av deltagaren själv. Ett antal rum finns

preliminärbokade, kontakta Älvsby Folkhögskola: info@alvsbyfolkhogskola.nu, 0929-723 30 innan 1/9 om du önskar boende.

Kursmaterial

- *Skidor för ungdom* (SISU Idrottsböcker)
- *Bättre skidteknik* (SISU Idrottsböcker)
- *Blågula vägen* (utvecklingsmodellen)

Blågula vägen hämtas av deltagaren själv via skidor.com:

<https://www.skidor.com/Grenar/langdakning/Utbildning/Utvecklingsmodellen/>

Övrig litteratur ingår i avgiften och tillhandahålls på första utbildningsträffen.

Du kommer i samband med kallelsen till utbildningen få en kod där du registrerar dig i klassrummet på utbildningswebben.

Anmälan

Anmälan görs via weblänken senast **2020-09-01**:

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1398512>

Kallelse med program kommer ca två veckor innan kursstart.

Frågor

Anders Strid, kursansvarig: anders.strid@skidor.com, 070-271 44 39

Anna Norman, utbildningsansvarig SSF: anna.norman@skidor.com, 070-339 26 08

Varmt välkomna!