



INBJUDAN

UTBILDNINGSHELGEN FALUN 30 SEPTEMBER – 2 OKTOBER

GRUNDUTBILDNING FÖR TRÄNARE

Målgrupp

Grundutbildningen vänder sig till tränare på alla nivåer och ger dig en bra grund att utgå ifrån i din fortsatta tränarroll.

Grundutbildningen kommer under utbildningshelgen genomföras med det skidspecifika tillägget och inriktningen "Skidleka", där du får lära dig grunderna inom längdskidåknningen och lämplig verksamhet för barn upp till cirka 9 - 10 år.

Man får gå utbildningen från det år man fyller 14 år. Vi rekommenderar att de yngre deltagarna har en mentor från föreningen under utbildningstiden.

Utbildningsform och omfattning

Utbildningen sker genom ett varierat lärande, den inleds med digitala egenstudier via utbildningswebben och därefter sker den fysiska utbildningshelgen. Utbildningen omfattar totalt ca 35 lektionstimmar á 45 minuter.

Utbildningens innehåll och mål

Stor vikt läggs på ledarskap och hur du kan skapa goda förutsättningar för att de aktiva ska bli motiverade och få möjlighet att lära och växa som människor och idrottare. Vi vill att du som tränare ska få ett bra stöd, känna dig trygg och bli inspirerad till att skapa egna träningar där de aktiva mår bra, har roligt och utvecklas.

Grundutbildningens avsnitt består av:

- Jag och idrottsrörelsen
- Jag och ledarskapet
- Jag och träningen
- Jag och utövaren



- Valbart avsnitt

Tid och plats

Utbildningen startar genom en digital uppstartsträff den **7 september**, därefter sker egenstudier via utbildningswebben.

Fysisk träff: Falun 30 september - 2 oktober 2022.

Incheckning från kl. 14:30, start kl. 15:00. Avslut ca 15:00 på söndag.

Scandic Lugnet Falun: <https://www.scandichotels.se/lugnet>

Utbildare

Matilda Rignell och Tommy Gabrielsson

Kostnad

3500 kronor vid anmälan före 15 augusti, därefter förhöjd avgift fram till sista anmälningdatum 1 september.

I kostnaden ingår helpension i dubbelrum, kursavgift samt kursmaterial. Kom ihåg att föreningen kan söka Idrottsmedel för del av kostnaden, senast två veckor efter avslutat utbildning.

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

Anmälan

Anmälan sker via webblänken senast 1 september:

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1618432>

Kallelse med program skickas via e-post ca 1 vecka innan kursstart.

Frågor

Om utbildningens innehåll:

Matilda Rignell, matilda.rignell@gmail.com, 070-851 12 85

Övriga frågor: Anna Nykvist (Längdkoordinatör SSF),
070-405 66 76 anna.nykvist@skidor.com

Välkommen!