

Sogn og Fjordane Skiskyttarkrins inviterer til intensiv kurs på Trenar 1, skytedel.

Stad:(Etter påmelding) den 15. og 16. oktober 2016.

Tidspunkt: Kl. 1000 – 1700

Lett lunsj vert servert.

Instruktør er Hans Erik Rand (Trenar 3 kompetanse).

Kursmål:

Utdanne trenere for nybegynnere 11-14 år.

Målgruppe:

Føresette, tidlegere aktive, ungdommar, lederar og andre.

Gjennomføring: T1 er i stor grad et praktisk kurs og følger opplegget på Skiskyttarskulen. Det er mulig å ta bare skytedelen 14 timer eller langrennsdelen 12 timer eller begge deler.

Moduloversikt:

- Innføringskurs
- Skytestilling og teknikk
- Kombinasjonstrening og konkurranse
- Trenerrollen
- Skileik på barmark
- Skileik på snø

Litteratur:

Hefte Skiskyttarskulen og hefte T1 langrenn, tingast hos Idrettsbutikken. (Skiskyttarskulen fås ved Kursstart)

Godkjenning:

Etter gjennomført kurs får ein Trener 1-bevis. Deltakarane sine personalia sendes

roar.nilsen@skiskyting.no.

Påmelding innan 08.oktober til Leiv Tormod Tvinnereim på e-post ; leivtvinnereim@hotmail.com

NB! Bør vere minimum 5 deltakarar for at kurset vert gjennomført

Velkomen!

-Sogn og Fjordane Skiskyttarkrins