

OBS! KORT ANMÄLNINGSTID!
Begränsat antal platser



Inbjudan

Grundtränarutbildningen - nivå 1

Göteborg 2-3 oktober

Grundtränarutbildningen är uppföljaren till Plattformen och erbjuds nu för andra gången i vårt distrikt. Här får du chansen att utveckla ditt tränarskap och dina kunskaper i träningslära samt byta erfarenheter med tränare inom andra idrotter.

GTU är en gränsöverskridande tränarutbildning med likvärdig utformning oavsett i vilket distrikt den genomförs. I framtiden kommer det även finnas möjlighet att gå nivå 2 och 3.

Kursinnehåll

Kursplanen är indelad i blocken tränarskap och träningslära riktat mot åldersfasen ca 11-15 år. I förpubertet- och pubertetsåldern är det stora variationer i psykisk och fysisk mognad mellan individer i samma ålder. Det är en viktig utgångspunkt i kursinnehållet som behandlar:

- Kroppens utveckling
- Må och prestera bra
- Fysisk träning
- Träningsplanering
- Psykosocial utveckling
- Bra träningsmiljöer
- Coaching i praktiken
- Mental träning
- Hemuppgifter

I utbildningen varvas föreläsningar med praktiska övningar. Kursen innehåller inga grenspecifika inslag, dessa genomförs separat i respektive specialidrottsförbunds regi.

Plats

Kvibergs Vandrarhem
Lilla Regementsvägen 35
415 27 Göteborg

Tid

Lördag 2/10 och söndag 3/10, kl. 9-17

Kostnad (inkl. lunch)

Kostnadsfritt! Det ursprungliga värdet är ca 2000 kr men kostnaden är subventionerad till 800 kr. Deltagarens förening erhåller stöd från Idrottslyftet som täcker denna kostnad.

Förkunskaper/behörighet

Plattformen eller motsvarande SF-utbildning (grundläggande barn- och ungdomsledarutbildning) samt aktivt tränarskap.

Anmälan

Kursens namn, namn, personnummer (10 siffror), bostadsadress, e-post, telefon och förening. Till sisu@vsif.se eller 031-726 60 33. **Senast 27 september!**

Kallelse

Skickas ut strax innan kursstart.

Frågor

Amelie Olausson: 0709-265894 eller amelie.olausson@vsif.se