

Indbydelse til 1-2-træner – hjælpetræneruddannelse November 2018



Dansk
Orienterings-
Forbund

Indhold på 1-2-træner

Der er brug for mange hænder når der skal afholdes børne/ungdoms-træning i klubben, og indholdet på 1-2-træner er målrettet enkle men vigtige træneropgaver, der skal løftes til hver træning. På den o-tekniske del er der fokus på det at være en god skygge for børn og give konstruktiv feedback undervejs og efterfølgende, så man kan sørge for at børnene får en god og tryk tur i skoven. På den fysiske og motoriske del lærer man at lave en god opvarmning bestående af sjove lege med fokus på alsidig bevægelse og løb i forskellige typer terræn.

Kurset udbydes hhv. i øst og vest, og afvikles over 2 onsdage.

Målgruppe Kurset henvender sig til nye forældre i klubben, ældre ungdomsløbere og andre interesserede, der vil give en hånd med ved den daglige børne/ungdoms-træning i klubben, og primært for aldersgruppen 5-12 år.

Undervisere: Tue Lassen og Anders Hav Bachhausen (+ evt. andre).

Praktisk

Øst: OK Roskildes klubhus, Bjældevej 20, 400 Roskilde
Onsdag d. 7/11 kl. 17:30 – 21:30
Onsdag d. 14/11 kl. 17:30-21:30

Vest: Vejlsø Skovhus (Silkeborg OK), Vejlsøvej 7B, 8600 Silkeborg
Onsdag d. 7/11 kl. 17:30 – 21:30
Onsdag d. 14/11 kl. 17:30-21:30

Pris: 500 kr. pr. deltager. Der udsendes faktura til deltagernes klubber efterfølgende. Klubberne har mulighed for at søge tilskud til uddannelsen via folkeoplysningsmidlerne i kommunen.

Tilmelding: Senest 1. november 2018, via o-service.dk.

Forplejning: Der vil være sandwich.

Spørgsmål: Rettes til Anders Hav Bachhausen, DOF på ab@do-f.dk / 6176 3578