



**NORGES AMERIKANSKE
IDRETTERS FORBUND**

NAIF INVITERER TIL TRENER 1 KURS

DEL 2 FOR TRENERE I CHEER

Kurshelg med fysisk oppppmøte

Dato og tid: 3.-4.juni kl.09 – 17

**Sted: Norges Idrettshøgskole,
Sognsveien 220, 0863 Oslo**



KORT OM KURSHELGEN

Denne kurshelgen er det vi kaller for del 2 av utdanningsløpet på Trener 1. Kurshelgen er med fysisk oppmøte og avholdes på NIH i Oslo. Kurshelgen er for trenere som har deltatt på del 1 av Trener 1 tidligere, enten digitalt eller fysisk, eller som er på fasttrack. Invitasjonen sendes kun ut til de aktuelle deltakerne.

TIMEPLAN FOR KURSHELGEN

Lørdag 3.juni kl.09.00 – 17.00: Teori i undervisningsrom og praksis i gymsal på NIH, Oslo.

Denne dagen er for trenere i cheerleading og performance cheer.

- Coaching og tilbakemelding
- Grunnleggende førstehjelp
- Sikkerhet på trening
- Skadeforebyggende trening

Søndag 4.juni kl.09.00 – 17.00: Praksis i gymsal på NIH, Oslo.

NB: Denne dagen er for trenere i cheerleading.

- Gjennomgang av grunnleggende teknikk i turn, stunts, kast
- Trenerrollen i praksis
- Koreografi og kreativitet

For trenere i performance cheer: Siden det kun er 2 trenere i performance cheer som mangler del 2, vil vi finne en annen løsning for dag 2 for de det gjelder. Dere vil få egen beskjed om hva og når dette blir.

PRAKTISK INFORMASJON

Deltakerne må ha med skrivesaker/PC begge dager. På de praktiske delene må man delta aktivt, så ha på treningstøy. Deltakerne må selv ha med lunsj begge dager.

E-LÆRING

Minner om e-læringsmodulene som er obligatorisk på Trener 1. Alle e-læringer skal være gjort før man deltar på del 2.

PÅMELDING

Påmelding til kurshelgen gjøres enkeltvis av trenerne som ønsker å delta via denne linken: <https://forms.gle/ZUFxtAqsdEUnCvh66>

PÅMELDINGSFRIST 22.MAI!

Vi tar forbehold om kurset er gjennomførbart ved få påmeldte.

Har du spørsmål send en e-post til cheer@naifcheer.no

Velkommen til kurs!

