



**DANMARKS
BRYDEFORBUND**

LANDSORGANISATION
FOR BRYDNING

MEDLEM AF
DANMARKS
IDRÆTS-FORBUND,
FILA, CELA

Invitation til træneruddannelse

Sidste i år havde vi succes med at afholde step 1 og 2 fra den svenske træneruddannelse. Der var næsten fyldt op med deltagere både i Horsens og Roskilde.

Erfaringen siger at der året efter vil være knap så mange potentielle deltagere, så vi har valgt at afholde et enkelt kursus og placerer det centralt / i Odense.

Lørdag og søndag, 27.-28. april 2013 i BK Hercules lokaler, Adamsgade 7, 5000 Odense (Step 1 & 2)

Step 1: Du lærer hvordan du kan træde til og lede et træningspas for yngre brydere. Her er der meget praktik og lidt teori. Alle kan være med.

Step 2: Du lærer hvordan du leder træningen for yngre brydere. Du lærer grunden og forskellen mellem fri og græsk-romersk stil. Du lærer også hvordan man planlægger og gennemfører et træningspas. Alle kan stadig være med; forældre/hjælpetrænere eller brydere.

Overnatning: Cabinn Odense, lige ved siden af klubben.

Pris: Kr. 915,-/deltager inkl. overnatning. Pris uden overnatning, kr. 600,-/deltager.
I prisen indgår morgenmad lørdag og søndag, frokost lørdag og søndag, aftensmad lørdag samt kursusmateriale.

Deltagerafgiften faktureres klubberne efterfølgende. Alle måltider serveres i klublokalet.

Vi har loft på 30 personer, det er "først til mølle" der gælder.

Samlet tilmelding pr. Klub med navn og om der skal overnattes: **SENEST mandag den 21.4.2013** til else@kilgod.dk

Program:

Lørdag		Søndag	
09.30-10.00	Registrering og morgenmad	08.00-09.00	Morgenmad
10.00-10.10	Velkommen & indledning	09.00-09.10	Indledning
10.10-10.30	Præsentation af alle deltagere	09.10-09.30	Opvarming
10.30-12.30	Træning, pas 1	09.30-11.30	Grebstræning
12.30-13.30	Frokost + information	11.45-12.45	Frokost
13.30-14.30	Teori	12.45-13.45	Teori, træningsplanlægning
15.00-17.00	Træning, pas 2	14.00-16.00	Grebstræning
17.30-18.30	Aftensmad	16.10-	Evaluering, afslutning – tak for nu
18.30-	Evaluering af dag 1		

Dette er rammen for weekenden. Vi forsøger nok at "skyde" programmet lidt, så lørdagen bliver lidt længere og søndagen lidt kortere (så alle forhåbentlig kan komme lidt tidligere hjem).

Vi håber på en god tilslutning – I har nu en gylden mulighed for at hæve kvaliteten af træningen i netop jeres klub.

Igen I år er det den svenske træner og instruktør Ronny Persson, der står for kurset. Udover at han selv er instruktør for træneruddannelsen i Skåne, er han også en af "ophavsmændene" bag den svenske model af Aldersrelateret træning – kaldet "Utvecklingstrappan". Tankerne bag denne model, ligger meget tæt op ad den danske tankegang. De vigtigste dele af denne, vil blive berørt under step 1 & 2. Træneruddannelsens step 3 & 4, der afholdes i Skåne i efteråret, vil give mulighed for dybere indsigt i og gennemgang af "Utvecklingstrappan".

Da en del af programmet foregår på madrassen, skal I naturligvis have passende skiftetøj med. Evalueringen af sidste års kursus, viste et ønske om at være mere på madrassen. Learning by doing. Teorien vil I højere grad blive flettet ind løbende. Så programmet er med forbehold!

Vi glæder os til at se jer!

Med venlig hilsen
Officials udvalget & Ronny Persson