



Trondheim, 01.02.19

Invitasjon til Trener 2

Det inviteres med dette til Trener 2-kurs 2019. Samlingene holdes i/rundt Oslo, i samarbeid med Østlandet VR. Detaljer om kurslokale vil bli sendt ut til kursdeltakere i god tid. Første helg vil være på Olympiatoppen sportshotell (Scandic). Kurset holdes disse datoene i 2019:

31. mai-2. juni	Modul 2	Treneren som leder og coach
20.-22. september	Modul 3	Trenerrollen, pedagogikk og ledelse
	Modul 6	Treningsprinsipper og treningsplanlegging
15.-17. november	Modul 4	Grunnleggende fysiologi og anatomi, skader og skadeforebygging
	Modul 5	Grunnleggende biomekanikk og teknikk
	Modul 6	Treningsprinsipper og treningsplanlegging
	Modul 7	Kosthold, antidoping og funksjonshemming

Trener 2 er andre nivå i Trenerløypa til NIF, hvor det legges vekt på utvikling av utøverne i tillegg til deltakelse i idretten. For å delta må man ha gjennomført Trener I med praksis innen kursstart. Hovedmålene på Trener 2 er:

- Ivareta utøvernes behov i et sosialt, spennende og trygt miljø
- Ha en helhetlig forståelse av treningsprosessen

Samlet består Trener 2 av 75t undervisning (inkl. 8t e-læring) og 75t praksis. Det er også en forutsetning at man fungerer aktivt som trener. E-læring må være fullført før første samling. E-læringskurs for trener 2 finner du her:

Spiseforstyrrelser: <https://ekurs.nif.no/enrol/index.php?id=22>

Idrettsernæring: <https://ekurs.nif.no/enrol/index.php?id=27>



Aldersrelatert trening 2: <https://ekurs.nif.no/enrol/index.php?id=76>

Ren utøver: <https://renutøver.no>, kursbevis lastes opp her:
<https://ekurs.nif.no/enrol/index.php?id=521>

Du finner mer informasjon om Trenerløypa på NIFs hjemmesider, og pensum til Trener 2 på NVFs hjemmesider. Dersom det fremdeles er spørsmål du ikke får svar på her, ta kontakt med Tiril Tøien (nvfutdanning@gmail.com).

Praksis i etterkant av kurset innebærer ett års oppfølging av en utøver eller en gruppe, inkl. planlegging og coaching. Denne oppfølgingen skal evalueres av deg og kurslærer etter fullført praksis. Dette må gjennomføres for å få godkjent praksis.

Reise og opphold

Kurset er gratis og åpent for alle medlemmer av NVF. Billigste transportmetode samt opphold dekkes av NVF, under forutsetning at hotellopphold er nødvendig. Den enkelte ordner selv transport og får dette refundert i etterkant, mens utdanningskonsulent booker opphold. Ta kontakt med utdanningskonsulent dersom du trenger hotellopphold under kurset innen 03. mai 2019.

Påmelding

Påmelding gjøres via Minldrett: <https://mi.nif.no/Event#2375705-010>. Påmeldingsfrist til første samling: 03. mai 2019.

Med vennlig hilsen

Tiril Tøien
Utdanningskonsulent

Ronny Fevåg
Kursinstruktør

Jan Egil Trøan
Kursinstruktør