



**ØSTLANDET**
vekløfterregion
- Utvikling, samarbeid og idrettsglede

INVITASJON TIL DOMMERKURS

28 - 29 · AUGUST · 2021
ELVERUM ATLETKLUBB



28 - 29 • AUGUST • 2021

VELKOMMEN - FROKOST	09:00
KURSET BEGYNNER	10:00
LUNSJ	12:00
PRAKTISK	14:00
GJENNOMGANG AV DAG 2	15:00
FERDIG	17:00

DAG 2 - FROKOST	09:00
KURSET BEGYNNER	10:00
LUNSJ	12:00
SPØRSMÅL OG DISKUSJON	13:00
TEORETISK PRØVE	15:00
PRAKTISK PRØVE	16:00
	FERDIG

ETTER KURSETS SLUTT FÅR DU UTDELT GRAD BASERT
PÅ OPPNÅDD POENGSUM PÅ DEN TEORETISKE PRØVEN.

REGIONSDOMMER	75/100
FORBUNDSDOMMER	90/100



VI ARRANGERER DOMMERKURS
I SAMARBEID MED ELVERUM ATLETKLUBB
DEN 28. OG 29. AUGUST - 2021.

[KLIKK HER FOR PÅMELDING SOM GJØRES INDIVIDUELT I MINIDRETT.](#)

DET BLIR SERVERT LUNSJ.
VI STÅR FOR SMITTEVERNSUTSTYR.

DOMMERKURSET ER TOTALT 20 TIMER TEORETISK
OG PRAKTISK UNDERVISNING,
INKLUDERT SELVSTUDIER I FORKANT AV KURSET.

DOMMERKURSET AVSLUTTES MED EN TEORETISK AVKRYSNINGSPRØVE
OG EN PRAKTISK DOMMERPRØVE.

KURSET VIL FINNE STED PÅ FØLGENDE ADRESSE:
TOROLF STORSVEENS VEG 13
2406 ELVERUM

DELTAKERNE SKAL ETTER ENDT KURS KUNNE UTFØRE DOMMEROPPGAVEN I TRÅD MED
NASJONALE OG INTERNASJONALE REGLER I EN KONKURRANSESITUASJON.
DE VIL VÆRE I STAND Å PRAKTISERE SOM RETTFERDIGE DOMMERE VED
VEKTLØFTERKONKURRANSER.

KURSETS INNHOLD:
LOV FOR NVE
REGLEMENT FOR NVE
IWFS TEKNISKE REGLEMENT

ANTIDOPINGBESTEMMELSER
VANLIGE FEIL UNDER UTFØRELSEN AV LØFTENE
REKKEFØLGEN FOR OPPROP AV LØFTERE
DOMMERENS ANSVAR OG ANDRE OPPGAVER
TEORETISK PRØVE
PRAKTISK PRØVE
EVALUERING

VENNLIG HILSEN
ASTA RØNNING FJÆRLI - UTDANNINGSANSVARLIG
VEKTLIFTINGOST@GMAIL.COM