



ÅLANDS IDROTT

Grundutbildning för tränare

Som tränare inom idrotten har du en betydelsefull och inspirerande roll som inte bara berikar ditt eget liv utan även påverkar många andra. Denna utbildning är skräddarsydd för dig som vill utvecklas både som ledare och människa, oavsett vilken idrott du brinner för eller vilken åldersgrupp du tränar. Här får du möjlighet att möta olika individer och hjälpa dem att växa och utmanas i sin idrottsutövning.

Grundutbildning utgör det första steget för dig som tränare och ger dig de verktyg och den kunskap du behöver för att lyckas i din tränarroll. Den bygger på aktuell forskning och fokuserar på ledarskapets betydelse, där du lär dig skapa en motiverande och lärorik miljö för de aktiva. Vi betonar vikten av att se hela människan och utveckla träningar anpassade för den målgrupp du leder.

Oavsett om du tränar barn, ungdomar eller vuxna är denna utbildning en utmärkt grund för din fortsatta utveckling som tränare. Utbildningen är öppen för alla från och med det år de fyller 14, och vi ser fram emot att hjälpa dig på din resa som tränare!

Innehåll:

- Jag och idrottsrörelsen
- Jag och ledarskapet
- Jag och träningen
- Jag och utövaren
- Valbart avsnitt
-

Målgrupp: Grundutbildningen är till för alla tränare/ledare, oavsett vilken idrott du är engagerad i eller om du tränar barn, ungdomar eller vuxna. Den ger dig en bra grund att utgå ifrån din fortsatta tränarroll.

Tidpunkt: 25 mars 18-21.00 samt lördag 10 maj 09.30 – 17.00

Omfattning: 3 + 7 timmar (Obligatorisk närvaro).
Egna studier på utbildningswebben ca 12 lektionstimmar samt en hemuppgift i föreningen på totalt ca 3 lektionstimmar.

Plats: Återkommer med plats

Föreläsare: Lena Eriksson och Olof Hansson

Anmälan: www.alandsidrott.ax (se föreläsningar och kurser)
Sista anmälningsdag 7 mars, kursen rymmer max. 20 deltagare

Avgift: 0€ för tränare/ledare i medlemsförening, för övriga intresserade 60€.
Om man inte slutför kursen debiteras kurskostnaden

Vid frågor

Kontakta Lena Eriksson, tel. 0457-342 19 74 eller e-post lena@alandsidrott.ax

Välkommen med din anmälan!

