



NORGES AMERIKANSKE IDRETTERS FORBUND

**NAIF SEKSJON CHEER I SAMARBEID MED VIQUEENS
CHEERLEADERS INVITERER TIL
GRUNKURS FOR TRENERE I CHEERLEADING**



**STED: Viqueenshallen,
Sandstuveien 70, Bygg D, 0680 Oslo**

TID: 3.nov kl.09.00 – 17.00



INFORMASJON OM KURSET

Dette er et kurs for nye trenere, på alle trinn og nivåer. Ingen aldersgrense. Kurset er nyttig for alle som er eller ønsker å være trenere i klubb. Kurset er på totalt 8 timer, fordelt på både teori og praksis. Teoridelen er i klasserom, praksisdelen i sal.

Disse temaene blir gjennomgått på kurset:

- Trenerrollen
- Kommunikasjon
- Hvordan legge opp en sesong
- Hvordan bygge et lag
- På trening
- Skader og skadeforebygging
- Hvordan lære bort nye elementer
- Koreografi
- Tips på konkurransedagen

PRAKTISK INFORMASJON OG PÅMELDING

Deltagerne tar med seg mat/drikke, penn/papir og treningstøy/sko.

Påmelding sendes klubbvis til cheer@naifcheer.no. Påmeldingen må inneholde fullt navn på deltaker og klubb.

Påmeldingsfrist: 26.oktober.

Påmeldingen er bindende og kurset koster 200 kr per deltaker. Klubben faktureres etter kurset. Dersom en deltaker ikke har mulighet til å møte skal det sendes mail til cheer@naifcheer.no før kurset starter. Hvis det ved frafall ikke gis beskjed blir klubben fakturert for vedkommende.

Minimum antall deltagere for å gjennomføre kurset er 8. Maks antall deltakere er 30. Vi tar forbehold om begrensning av antall per klubb ved stor påmelding.

Har du spørsmål send en mail til cheer@naifcheer.no eller ring 22 89 55 97.

Velkommen til kurs!

