



# **NORGES AMERIKANSKE IDRETTERS FORBUND**

---

**NAIF SEKSJON CHEER I SAMARBEID MED NIXIES  
CHEERTEAM TRONDHEIM INVITERER TIL GRUNNKURS FOR  
TRENERE I CHEERLEADING**

---



**STED: Flatåshallen, Flatåsenget 28, 7099 Flatåsen**

**TID: 21.-22.september 2019**

**Teori lørdag kl.11-15**

**Praksis søndag kl.11-15**



## 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 gjøres enkeltvis av trenerne som ønsker å delta, via e-kurs portalen her:

<https://ekurs.nif.no/course/index.php?categoryid=182>.

1. Logg inn med «Min idrett»-brukeren din eller opprett en ny hvis du ikke har gjort det tidligere.
2. Trykk deg videre inn på kursoversikten til NAIF via linken over.
3. Velg så kurset *Grunnkurs for trenere, Cheerleading* og skriv inn påmeldingsnøkkelen: **GKTrondheimSept19**

Du blir så påmeldt kurset og får en bekreftelse på e-post (merk at denne kan komme i søppelpost). Du får også tilgang til et «klasserom» med beskrivelse av kurset samt ulike hjelpemidler. Her vil du også kunne hente opp kursbevis når kurset er registrert som fullført av kursansvarlig i etterkant av kurset.

**Påmeldingsfrist: 16.september!**

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](mailto: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. Vi tar forbehold om begrensning av antall per klubb ved stor påmelding.

Har du spørsmål send en mail til [cheer@naifcheer.no](mailto:cheer@naifcheer.no).

Velkommen til kurs!

