



NORGES AMERIKANSKE IDRETTERS FORBUND

**NAIF SEKSJON CHEER I SAMARBEID MED NRC TIGERS
INVITERER TIL GRUNKURS FOR TRENERE I CHEERLEADING**



**STED: Tigershallen,
Nordlifaret 41, 1473 Lørenskog
TID: 19.september 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. Hele kurset holdes i Tigershallen.

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 MinIdrett brukeren her: <https://minidrett.nif.no/Event#4049071-010>

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 kurset ved å følge linken over, eller søk opp «*Grunnkurs for trenere*» manuelt under siden «*påmelding*» på minidrett.no og finn det aktuelle kurset for deg.
3. Pass på at riktig medlemsklubb er registrert på deg. Trykk deretter på «*legg til påmelding*». Påmeldingen blir nå lagt til i handlekurven på nettsiden.
4. Trykk deg videre inn på handlekurven og velg «*Bekreft påmeldinger*» når du har sjekket at alt stemmer. OBS: Du vil ikke betale noe ved påmeldingen her, da klubben faktureres etter endt kurs.
5. Når påmeldingen er registrert vil du få opp en kvittering på nettsiden hvor det står at påmeldingen er bekreftet. I tillegg vil du motta en e-post og SMS med bekreftelse til den adressen/telefonnummeret du er registrert med i MinIdrett.

Påmeldingsfrist: 14.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 før kurset starter. Hvis det ved frafall ikke gis beskjed blir klubben fakturert for vedkommende.

Pga. kapasitet og smittevern holdes dette kurset kun for trenere i NRC Tigers. Vi minner om gjeldende smittevernregler og vil ta hensyn til disse under hele kurset.

Har du spørsmål send en e-post til cheer@naifcheer.no.

Velkommen til kurs!

