



NORGES AMERIKANSKE IDRETTERS FORBUND

**NAIF SEKSJON CHEER I SAMARBEID MED
BTSI CHEERLEADING INVITERER TIL
STUNTEKURS FOR TRENERE: PARTNER STUNT**



**STED: Sjøkrigsskolen i Bergen,
Sjøkrigsskoleveien 32, 5165 Laksevåg
TID: 7.desember kl.11.00-17.00**



INFORMASJON OM KURSET

Dette kurset er rettet mot trenere for coed-lag eller andre trenere og utøvere som ønsker å lære mer om coed-cheerleading og partner stunt teknikk. Kurset er lagt opp til mye praksis hvor både trenere og utøvere kan få prøve, se og lære ulike partner stunts, samt diskusjon og teori relevant til temaene.

Temaer og type skills som blir gjennomgått på kurset:

- Hva er coed cheerleading?
 - coed cheerleading nasjonalt og internasjonalt
 - hvordan skape et godt coed-miljø
 - type stunts, pyramider, hva vektlegges i en rutine
- Basic teknikk for flyer og base
 - Styrketrening for PS
- Basic stunts
- Release stunts
- Elite stunts

PRAKTISK INFORMASJON OG PÅMELDING

Deltagerne tar med seg skrivesaker, mat/drikke, treningstøy og 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 og velg kategorien Etter-og videreutdanning.
3. Velg så kurset *Stuntekurs for trenere: Partner Stunt* og skriv inn påmeldingsnøkkelen: **StuntPSDes19**
4. Når påmeldingen er registrert vil du motta en automatisk e-post som bekrefter påmeldingen. **Obs! Denne kan havne i søppelposten din.**

Du er så påmeldt kurset og får tilgang til et «klasserom» med beskrivelse av kurset. Her vil du også kunne hente opp kursbevis når kurset er registrert som fullført av kursansvarlig i etterkant av kurset.

Påmeldingsfrist: 1.DESEMBER!

Påmeldingen er bindende! Det er ingen påmeldingsavgift for deltakerne.

Dersom en deltaker ikke har mulighet til å møte skal det sendes mail til cheer@naifcheer.no før kurset starter.

Minimum antall deltagere for å gjennomføre kurset er 8 stk. Vi tar forbehold om begrensning av antall per klubb ved stor påmelding. Instruktør for kurset er Lasse Arnesen. Han vil i tillegg ha med seg to landslagsutøvere for å demonstrere ulike øvelser.

Har du spørsmål send en mail til cheer@naifcheer.no.
Velkommen til kurs!

