

Inbjudan SR Tränarutbildning Nivå 1

För vem?

Utbildningen vänder sig till dig som vill utvecklas som tränare/ledare inom roddsporten. Vi går igenom grunderna i coaching, ledarskap och träningslära. Du lär dig att leda barn, ungdomar och vuxna med utgångspunkt i RFs idéprogram [Idrotten vill](#) och anvisningar för barnidrott.

Målsättning

Efter genomförd kurs ska du på en grundläggande nivå kunna leda roddträningar för olika åldrar på land och på vattnet. Du kan även säsongspanera för dina aktiva.

Datum

Kurstillfälle 1 och 2, 20 och 27/5, 18:30-20:00 via webben, Teams
Kurstillfälle 3, en dag fysiskt så fort restriktionerna tillåter där vi delar upp gruppen i minst 2 grupper (ifall det finns behov) och genomför det tillfället på olika delar av landet för att minska resandet för deltagarna.

Ur innehållet:

Att vara tränare och coaching 1

Ledarskap för barn, ungdom och vuxna

Barn och ungdomars fysiska, psykiska, sociala och kulturella utveckling

Träningslära för rodd 1, träningsplanering för rodd 1

Roddmetodik 1, roddteknik 1

Säker träning

Båtinställning

Kursmaterial/Förberedelse

Inför Nivå 1 genomförs den digitala

kursen [jaq, ledare i svensk rodd](#)

Eventuellt övrigt kursmaterial delas ut på plats.

Anmälan, information, kostnad

Bindande anmälan sker via denna [länk](#) senast 18 maj. Kursavgift 2000 kr (faktureras klubbarna). Klubbarna kan också söka stöd med 1400 kr per deltagare på Idrottonline. Lathund för detta mejlas berörda.

Det som tillkommer är kostnad för resa och ev uppehålle till tillfälle 3.

Kontaktperson: tobias.wallerius@rodd.rf.se 08-699 64 39

