



Tarkkuuslajien 2.-tason valmentaja- koulutus 2021

Tarkkuuslajit (ammunta, curling, jousiammunta ja keilailu) toteuttavat jälleen yhteisen 2-tason valmentajakoulutuksen. Koulutus koostuu neljästä lähijaksosta (pe-su), joista kaksi on yleisjaksoa ja kaksi lajijaksoa. Sen lisäksi koulutukseen kuuluu kaksi iltawebinaaria sekä itsenäisesti suoritettavia oppimistehtäviä. Osallistujalla tulee olla suoritettuna 1-taso tai vastaava koulutus sekä yksilö tai ryhmä, jota valmentaa. Koulutukseen voivat osallistua myös aktiiviurheilijat.

Koulutuskokonaisuus

Ennakkotehtävät

1. Yleisjakso

KUORTANE 12.–14.3. Urheiluosaaminen ja kokonaisvaltainen valmennus

- Fyysisten ominaisuuksien kehittäminen
- Harjoittelun ohjelmointi
- Biomekaniikka
- Psykkinen valmennus
- Ravitsemus

1. Lajijakso

Iltawebinaari * Oppimistehtävät

2. Yleisjakso

KISAKALLIO 20.–22.8. Taitoharjoittelu ja valmentajan osaaminen

- Psykkinen valmennus
- Kilpaileminen
- Taitoharjoittelu
- Valmentajana kehittyminen
- Antidoping

2. Lajijakso

Iltawebinaari * Oppimistehtävät



Koulutuksen hinta 250€/jakso sisältäen koulutuksen ja majoituksen täysihoidolla (2 hh). Koulutus sisältää yhteensä neljä jaksoa. Lisähinnasta on mahdollista majoittautua yhden hengen huoneessa sekä ostaa iltapala. Lisäksi hintaan kuuluvat myös iltawebinaarit.

Ilmoittautuminen Mukaan mahtuu kaikista tarkkuuslajeista enintään 15 valmentajaa/tarkkuuslaji ja paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Mikäli osallistujia tulee yli kiintiön, lajiliitot valitsevat osallistujat.

Ilmoittautuminen koulutukseen päättyy 19.2.2021. Kaikkien lajien ilmoittautumiset samalla lomakkeella: <https://forms.gle/sMKmH4dt4cx4p1Rr6>
Lisätietoja koulutuksesta voi kysyä oman lajiliiton koulutusvastaavalta.

