



Tarkkuuslajit (ammunta, curling, jousiammunta ja keilailu) jatkavat yhteistyötä valmentajakoulutuksessa. Lajit järjestävät perinteisen yhteisen 1-tason valmentajakoulutuksen syksyllä 2022.

Koulutus sisältää yhteensä kolme lähijaksoa (pe-su), joista kaksi on yleisjaksoa ja kolmas toteutetaan lajikohtaisesti erillisenä. Koulutus sisältää lähijaksojen lisäksi oppimistehtäviä.



# Tarkkuuslajien yhteinen 1-tason VALMENTAJAKOULUTUS 2022

Lähijaksot alkavat perjantaisin klo 17.00 ja päättyvät sunnuntaisin klo 15.00

## YHTEISET JAKSOT

### Harjoittelun perusteet

16.-18.9.2022 KUORTANE

- Valmentajana kehittyminen
- Fyysiset ominaisuudet ja harjoittelu
- Yksittäisen harjoituksen suunnittelu ja ohjaaminen
- Lasten ja nuorten kehittyminen ja harjoittelu

### Valmentamisen periaatteet

7.-9.10.2022 PAJULAHTI

- Valmentajan ominaisuudet
- Taito- ja valmennus
- Oppiminen ja opettaminen
- Psykkinen valmennus
- Paraurheilijoiden valmentaminen

*Kahden yhteisen jakson lisäksi kullekin tarkkuuslajille järjestetään yksi lajitaitojen oppimisen perusteisiin liittyvä koulutusviikonloppu. Niiden ajankohdat ilmoitetaan syksyllä 2022 koulutukseen ilmoittautuneille.*

## Koulutuksen hinta

Koulutuksen hinta on 255 euroa/jakso sisältäen koulutuksen ja majoituksen täysihoidolla (2 hh). Koulutus sisältää yhteensä kolme jaksoa. Lisähinnasta on mahdollista majoittua yhden hengen huoneessa sekä ostaa iltapala.

## Ilmoittautumiset

Mukaan mahtuu kaikista tarkkuuslajeista enintään 10 valmentajaa/tarkkuuslaji ja paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Mikäli osallistujia tulee yli kiintiön, lajiliitot valitsevat osallistujat.

## Ilmoittautuminen koulutukseen päättyy 31.8.2022

Kaikkien lajien ilmoittautumiset samalla lomakkeella:

<https://forms.gle/QbQVBvLnz8SSGHMV6>

**Kurssikirja  
Lasten ja Nuorten  
Hyvä Harjoittelu (35€)  
laskutetaan ensimmäisen  
laskun yhteydessä.**

