

Invitation til Hjælpetrænerkursus, 1-2-Træner for 12-18-årige

Kom og få en sjov dag sammen med jævnaldrende kampsportsudøvere/
trænere, hvor I sammen vil blive klogere på trænerrollen i klubben.
Målgruppe: 12-18-årige indenfor enten Judo, Ju-Jitsu eller Taekwondo.

Dato: 12. maj kl. 10.00-18.00 i

Sted: Nørrebro Taekwondo Klub, Heimdalsgade 35, 2200 København.

Kursus indhold:

- Trænerrollen, træningens faser
- Hjælpetrænerrollen
- Opvarmning
- Undervisningsmetode, fejlretning, idrætsskader
- Praktisk undervisning

Der vil meget praktisk undervisning, så husk træningstøjet.

Pris: 400 kr. som dækker materialer, t-shirt, frokost, samt let aftensmad.

Tilmelding: Frist den 23. april 2019. Tilmelding skal ske til eget forbund.



DJU
Dansk Judo &
Ju-Jitsu Union

