



Indbydelse til Elitetræneruddannelsen – ETU

Kurset er målrettet elitetræneren og -udøveren inden for Taekwondo

Kursusindhold	Elitetræner uddannelsen er en efter- og videreuddannelse henvendt til både trænere og atleter der gerne vil optimere deres kompetencer indenfor træning og konkurrence og livet som eliteatlet, med afsæt i evidensbaseret viden fra DIF og Team Danmark.
Blok 1	<p>I denne blok går man i dybden med det sportspsykologiske område, med udgangspunkt i anerkendte og præstationsfremmende modeller og tilgange. Dette danner grundlag for forståelsen af de processer, der er nødvendige for at kunne præstere på højeste internationale niveau.</p> <p>På kurset vil kursisterne blive introduceret til: Værdiforskning Fælles kerneværdier Coaching Præstation under pres Gameplan</p>
Blok 2	<p>I blok 2 er der fokus på de fysiologiske parametre, og hvordan man som træner og atlet kan optimere træningsforløb således at man har de bedste forudsætninger for at præstere til konkurrencer.</p> <p>Ud fra en arbejdskravanalyse af indholdet af kamp i Taekwondo, fokuseres der på hvilke fysiologiske parametre, der bedst sættes i spil for at give et optimalt træningsforløb. Hermed opnår træner og atlet en forståelse for, hvordan en "smarttræning" kan skræddersyes til atletens personlige behov.</p>
Tid og sted	<p>Weekend 1: Risskov TKD, Nordlandsvej 88C, 8240 Risskov 15. og 16. januar 2022</p> <p>Weekend 2: Rødovre TKD, Højnæsvej 61, 2610 Rødovre 5. og 6. marts 2022</p> <p>Weekend 3: Beliggenhed forsat ukendt 7. og 8. maj 2022</p> <p>Afsluttende samling: DTaF sommerlejr, Thorsvej 32A, 8680 Ry 9. juli 2022</p> <p>Alle dage er fra 09.00 til 19.00</p>
Praktisk info	<p>Medbring:</p> <ul style="list-style-type: none">- Skriveredskaber til at tage noter (PC/blok og pen)- Smartphone- Dobok skal IKKE medbringes
Uddannelsesbevis	Efter endt uddannelse modtages et diplom som bevis på de tillærte kompetencer.



	Elitetræneruddannelsen er endvidere adgangsgivende til Diplomtræneruddannelsen i DIF.
Pris	3.000 kr.
Antal deltagere	20
Tilmelding	Der tilmeldes via forbundets hjemmeside via klubadministrator: https://www.taekwondo.dk/medlemsomraade/arrangementer/ Kontaktperson: Jan Jørgensen Sekretariatet@taekwondo.dk
Tilmeldingsfrist	Fredag d. 17. december 2021
Afmelding	Ved afmelding inden d. 17. december 2021, tilbagebetales 100% af deltagergebyret. Ved afmelding efter d. 17. december 2021 og frem til d. 8. januar 2022, tilbagebetales 50% af tilmeldingsgebyret. Ved afmelding senere end d. 8. januar 2022, er der ingen tilbagebetaling.