



## Indbydelse til Elitetræneruddannelsen – ETU

Kurset er målrettet elitetræneren og -udøveren inden for Taekwondo

<b>Kursusindhold</b>	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.
<b>Blok 1</b>	<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>
<b>Blok 2</b>	<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 ”smartræning” kan skræddersyes til atletens personlige behov.</p>
<b>Tid og sted</b>	<p><b>Weekend 1:</b> Nørrebro TKD, Frederikssundsvej 6, 2400 København, d. 13. og 14. januar 2024</p> <p><b>Weekend 2:</b> Ukendt sted og dato</p> <p><b>Weekend 3:</b> Ukendt sted og dato</p> <p><b>Afsluttende samling:</b> DTaF sommerlejr, Thorsvej 32A, 8680 Ry 10. juli 2024</p> <p><b>Alle dage er fra 09.00 til 19.00</b></p>
<b>Praktisk info</b>	<p>Medbring:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Skriveredskaber til at tage noter (PC/blok og pen)</li><li>- Smartphone</li><li>- Dobok skal <b>IKKE</b> medbringes</li></ul>
<b>Uddannelsesbevis</b>	Efter endt uddannelse modtages et diplom som bevis på de tillærte kompetencer. Elitetræneruddannelsen er desuden adgangsgivende til Diplomtræner-uddannelsen i DIF.



<b>Pris</b>	4.200 kr.
<b>Antal deltagere</b>	20
<b>Tilmelding</b>	Der tilmeldes via forbundets hjemmeside via klubadministrator: <a href="https://www.taekwondo.dk/medlemsomraade/arrangementer/">https://www.taekwondo.dk/medlemsomraade/arrangementer/</a>  Kontaktperson: Tommy Mortensen <a href="mailto:Tllm68@hotmail.com">Tllm68@hotmail.com</a>
<b>Tilmeldingsfrist</b>	<b>Fredag d. 1. december 2023</b>
<b>Afmelding</b>	Ved afmelding inden d. 1. december 2023, tilbagebetales 100% af deltagergebyret. Ved afmelding efter d. 1. december 2023 og frem til d. 23. december 2023, tilbagebetales 50% af tilmeldingsgebyret. Ved afmelding senere end d. 23. december 2023, er der ingen tilbagebetaling.