

Trener 2 - Region Innlandet sesong 2023

Fagansvarlig: Atle Haugen (AH)

Instruktører: Piotr Swigon (PS), Jens Ørbæk (JB) og Børge Brown (BB)



Uke	Dato	Ukedag	Hva	Info	Hvor	Tid	Gruppe	Årsklasse	Modul - oversikt	Ansvarlig
8	22.feb	Onsdag	Teori M19		Digitalt	20:00-21:15	Deltagere		Teori M19	AH
	25.feb	Lørdag	Praksis M19 - Reg. uttaksturnering - Bylag + Teori M20	Lunsj	Campus A.G.	10:00-1700	Deltagere	J/G 2007	M19 + Teori M20	AH/BB
10	08.mar	Onsdag	praksis M 20 - Storhamar - Vipers	Lunsj	BPA	17:30-20:30	Storhamar-Vipers	Elite	M20	AH/BB
17	26.apr	Onsdag	Teori M 1 + Gjennomføre E-Modul M2 til onsdag 26. april		Digitalt	18:00-22:00	Deltagere		M1og M2	AH
19	10.mai	Onsdag	Teori M14 og M15 + Innlevering av modul 16, 17 og 18		Digitalt	18:00-22:00	Deltagere		M14, M15 + M16,M17 og M18	AH
	13.mai	lørdag	Praksis M14 og M15	Lunsj	Campus A.G.	10:00-16:00	Utøverapparat	15-17	M14 og M15	AH
Sep/okt.		Onsdag	Teori Modul 6, 8 og 9			18:00-22:00	Utøverapparat	15-17	M6	MS/HM/AH
		lørdag	Praksis M6, M9 og M8	Lunsj		09:00-17:00	Utøverapparat	15-17	M8 og M9	MS/HM/AH
okt/nov		Onsdag	Teori M 10, M12, M13		Digitalt		Deltagere		M10, M12 og M13	AH/MS
		lørdag	Praksis M10, M12 og M13	Lunsj	Campus A.G.	10:00-18:00	Utøverapparat	15-17	M10, M12 og M13	AH/MS
November		mandag	Utlevering av eksamen		Hjemme	14:00	Deltagere	Pensum	Eksamen	AH/BB
November		mandag	Innlevering av eksamen		Hjemme	23:59	Deltagere	Pensum	Eksamen	AH/BB
		Onsdag	Teori M 4		Digitalt		Deltagere		M4	AH
		lørdag	Teori og Praksis M3 og M4	Lunsj	Campus A.G.	10:00-18:00	Utøverapparat	15-17	M3 og M4	AH/BB
		Onsdag	Teori M5, M7 og M11		Digitalt	18:00-22:00	Deltagere		M5, M7 og M11 + Utlevert M2	AH
		fredag	Praksis M5, M7 og M11	Overn.		17:30-20:30	Utøverapparat	15-17	M5	AH/BB
		lørdag		Lunsj		10:00-16:30	Utøverapparat	15-17	Modul 7 og M11	AH/BB
			Utlevering av eksamen		Hjemme	14:00	Deltagere	Pensum	Eksamen	AH/BB
			Innlevering av eksamen		Hjemme	23:59	Deltagere	Pensum	Eksamen	AH/BB

Oppdatert: 08.02.2022

Kontakt informasjon - NHF Region Innlandet

Atle Haugen Fagansvarlig Trener 2
Mobil 919 01 885
E-post atle.haugen@ntg.no

Børge Brown Utdanningsansvarlig
Mobil 971 43 552
E-post borge.brown@handball.no

Modul oversikt:

MODUL 1 DEN COACHENDE TRENEREN
MODUL 2 MENTALE FERDIGHETER
MODUL 3 TRENINGSPANLEGGING FOR UKE-, PERIODE- OG ÅRSPLAN
MODUL 4 FYSISK TRENING: HÅNDBALLUTHOLDENHET
MODUL 5 FYSISK TRENING: STYRKE
MODUL 6: FYSISK TRENING: SPENST OG HURTIGHET
MODUL 7: INDIVIDUELLE FORSVARSFERDIGHETER
MODUL 8: FORSVARSPILL SAMMEN
MODUL 9: INDIVIDUELLE MÅLVAKTFERDIGHETER
MODUL 10: MÅLVAKTFERDIGHETER I SPILLSITUASJONER

MODUL 11: ANGREPSFERDIGHETER I POSISJON
MODUL 12: VALGFERDIGHETER I FASE 4
MODUL 13: OVERGANGSSPILL
MODUL 14: OPPRULLING OG KRYSNINGSSPILL
MODUL 15: KONTRA OG RETURSPILL
MODUL 16: SUNN IDRETT
MODUL 17: SKADEFRI
MODUL 18: REGLEMENT
MODUL 19: LAGLEDELSEN
MODUL 20: HÅNDBALLANALYSEN

BEGEISTRING
RESPEKT
INNSATSVILJE
FAIR PLAY