

Trener 2 - Region Innlandet - 2024

Fagansvarlig: Atle Haugen (AH)

Instruktører: Piotr Swigon (PS), Jens Ørbæk (JB) og Børge Brown (BB), Jannicke Nikolaisen Pettersen (JNP), Espen Fossli Olaussen (EFO) og Endre Fintland (EF)



Uke	Dato	Ukedag	Hva	Info	Hvor	Tid	Gruppe	Årsklasse	Modul - oversikt	Ansvarlig
22	27.mai	Mandag	Teori og praksis M1		Elverum	18:00-22:00	Deltagere		M1	JNP/AH
22	02.jun	Søndag	Teori M4, M5 og M6 + Utlevert M2		Digitalt	18:00-21:00	Deltagere		M4, M5 og M6	AH
24	11.jun	Tirsdag	Praksis M4		Tranberghallen?	18:00-21:00	Utøverapparat	14-17	Praksis M4	BB/AH
24	13.jun	Torsdag	Praksis M5 og M6		Campus Arena	18:00-22:00	Utøverapparat	14-17	Praksis M5 og M6	HM/KG
36	03.sep	Tirsdag	Teori M7 og M8		Digitalt	18:00-22:00	Deltagere		Teori M7 og M8	AH
	07.sep	Lørdag	Praksis M7 og M8	Lunsj	Campus A.G.	10:00-18:00	Utøverapparat	14-17	Praksis M7 og M8	AH
39*	24.sep	Tirsdag	Teori M9, M10, M11 + Utlevering av M16, M17 og M18		Digitalt	18:00-22:00	Deltagere		Teori M9, M10 og M11	AH
	27.sep	Fredag	Praksis M9 og M10		Campus A.G.	18:00-22:00	Utøverapparat	14-17	M9 og M10	MS/AH
	28.sep	Lørdag	Praksis M10/M11 og Teori og praksis M12	Lunsj	Campus A.G.	10:00-18:00	Utøverapparat	14-17	M12 og M13	MS/AH
40-44	Oktober		M3 + Innlevering M2		Digitalt	18:30-21:30	Deltagere		Teori og Praksis M3	AH
	Oktober	Onsdag	praksis M20			17:00-20:30	Deltagere		M20	AH
45	05.nov	Tirsdag	Teori M13, M14 og M15		Digitalt	18:30-21:30	Utøverapparat		Teori M13, 14, og 15	AH
	08.nov	Fredag	Praksis M13	Hovdetun	Campus A.G.	18:30-20:30	Deltagere		M13	
	09.nov	Lørdag	Praksis M14 og M15 + Innlevering av M16, M17 og M18	Lunsj	Campus A.G.	10:00-18:00	Utøverapparat	14-17	M14, M15, Innlevering M16, M17, 18	AH
	25.nov	mandag	Utlevering av eksamen		Hjemme	14:00	Deltagere	Pensum	Eksamen	AH/BB
	09.des	mandag	Innlevering av eksamen		Hjemme	23:00	Deltagere	Pensum	Eksamen	AH/BB
8	26.nov	Onsdag	Teori M19		Digitalt	20:00-22:00	Deltagere		Teori M19	AH
	22.feb	Lørdag	Praksis M19 - Reg. uttaksturnering Bylag	Lunsj	Campus A.G.	10:00-19:00	Deltagere	J/G 2009	M19	AH

*Vi ønsker å følge planen som er lagt, men det kan bli endringer.

Oppdatert: 30.04.2024

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

Dag/Kveld	
Lørdag	
Overnatting	
Eksamen	

Modul oversikt:

MODUL 1 DEN COACHENDE TRENEREN
MODUL 2 MENTALE FERDIGHETER
MODUL 3 TRENINGSPLANLEGGING 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 FORSVARFERDIGHETER
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