

Invitasjon til Trener 2-kurs

**Bygg din kompetanse gjennom håndballutdanning!
- og få med deg noen av Norges innledende kamper i Herning under VM 10.-12.
januar 2019.**

NHF Region SørVest inviterer til Trener 2 – utdanning i sesongen 2018/2019. Trener 2 er en videreføring av Trener 1. Kurset går enda dypere inn i viktige problemstillinger tilknyttet håndball i trening og kamp.

For å bli tatt opp til Trener 2 bør du oppfylle følgende kriterier:

- Godkjent Trener 1, eller ha en gjennomførbar plan for å fullføre Trener 1 utdanningen før eksamen
- Være aktiv håndballtrener i klubb

Dersom du ikke ennå har fullført Trener 1, må du vise til hvilken plan du har for gjennomføring av denne utdannelsen før eksamen i Trener 2 avlegges.

Påmelding

Påmelding sendes innen **15. august** i e-post til Regionskontoret

nhf.rsvn@handball.no. Send over følgende info ved påmelding:

Klubbtilhørighet, fødselsdato og tlf. nummer. Dersom klubben skal belastes for Trener 2 må klubben sende inn påmeldingen på vegne av deg.

NB: Ved påmelding **senere enn 15. august** kan kurset bli dyrere pga av dyrere kampbilletter i VM.

For at kurset skal gjennomføres kreves det et minimum av deltakere. Arrangøren forbeholder seg retten til å vurdere om søkerne har tilstrekkelig forkunnskaper til å delta på Trener 2 utdanningen.

Rammer og pris

Trener 2 utdanningen består av totalt 20 moduler der hver modul er beregnet til 3 klokke timer. Gjennomføringen av kurset vil være helgesamlinger, inkludert en langhelg under Håndball VM i Danmark 2019. To av modulene vil være e-læring. Deltakerne på kurset må selv betale reise og opphold på helgesamlingene.

Gjennom kurset vil du få mange nye impulser, gode håndballopplevelser og et faglig sterkt opplegg som vil skape et godt og utviklende miljø. NHF jobber med lisensiering av Trenere og har et mål om at en må være autorisert Trener 2 for å kunne trene Bylag, Regionslag, Lerøy- og Bringlag.

Pakkepris for kursdeltakelse med VM tur til Aarhus/Herning er kr 16. 500,- som inkluderer:

- Deltakelse på alle modulene
- Veiledning, eksamen og kursbevis
- Reise og opphold under VM
- Kampbilletter 2 dager (5 kamper)
- Relevant fagmateriell til modulene
- Veiledning, eksamen
- **Kamp program VM:**
 - 11. januar Saudi Arabia – Østerrike og Tunisia - **Norge**
 - 12. januar Østerrike-Chile, **Norge**-Saudi Arabia, **Danmark**-Tunisia
- Kampene skal spilles i Herning- Jyske Bank Boxen
- Enkeltromstillegg: 1795,- kr for 3 netter

Det er også mulig å ta enkeltmoduler på kurset. Dette vil koste kr 500 pr modul.

Info VM tur Danmark:

<http://www.icv-addtravel.no/haandball-vm-haandballguttene>

NB! Alle som fullfører og består skriftlig og praktisk eksamen får refundert 2000 kr fra påmeldingsavgiften.

Autorisasjonskrav for Trener 2:

For å bli autorisert Trener 2 må følgende godkjennes:

- Autorisert Trener 1
- Deltatt på **alle** modulene
- Skriftlig eksamen
- Praktisk eksamen, tildelt tema
- Dokumentert 100 timer praksis

Hovedinstruktør og coach for Trener 2- gruppen

Region SørVest har engasjert Sverre Bleie som hovedansvarlig instruktør for Trener 2-gruppen. Sverre vil fungere som veileder og kontaktperson.



Kurset består av følgende moduler à fire timer:
(siste samling blir lagt der det er flest deltakere fra)

Modul:	Dato	Kl.	Hvor
1. Treningsplanlegging for uke-, periode- og årsplan	02.11.2018	1700-2130	Idrettenshus Kr.sand
11. Bakspiller – teknikk/spillsituasjoner	03.11.2018	1000-1300	Kr.sand
5. Nedgruppert forsvar	03.11.2018	1400-1700	Kr.sand
13. Linjespill – teknikk/spill situasjon	04.11.2018	1000-1300	Kr.sand
7. Ledelse og instruksjon	04.11.2018	1400-1700	Kr.sand
09 Mentale ferdigheter	10.- 13.01.2019	VM Herrer	Aarhus/Herning
19 Lagledelsen	10.- 13.01.2019	VM Herrer	Aarhus/Herning
20 Kampanalysen	10.- 13.01.2019	VM Herrer	Aarhus/Herning
4. Fysisk trening – spenst og hurtighet	08.03.2019	1700-2130	Stavanger
8. Håndballskader og taping	09.03.2019	1000-1300	Stavanger
6. Utgruppert forsvar	09.03.2019	1400-1700	Stavanger
15. Opprullings- og krysningsspill	10.03.2019	1000-1300	Stavanger
12. Kantspiller – teknikk/spillsituasjoner	10.03.2019	1400-1700	Stavanger
16. Kontrings- og returspill	10.05.2019	1730-2130	Stavanger/ Kristiansand
3. Fysisk trening - styrke	11.05.2019	1000-1300	Stavanger/ Kristiansand
10. Målvakt	11.05.2019	1400-1700	Stavanger/ Kristiansand
2. Fysisk trening – utholdenhet	12.05.2019	1000-1300	Stavanger/ Kristiansand
14. Overgangsspill	12.05.2019	1400-1700	Stavanger/ Kristiansand
17. Kosthold og doping	e-læring		
18. Regelverket	e-læring		
Hjemmeeksamen	Uke 20		
Praksis eksamen	juni		



Pensum

Alle pensumbøker er til salgs på www.idrettsbutikken.no eller <http://akilles.no/bok/treningslaere-for-idrettene>

Trener 2 pensum består av:

- Den coachende treneren (Frank E. Abrahamsen og Erlend O. Gitsø)
- Treningslære for idretten (Jostein Hallén og Lars Tore Ronglan)
- NHF fagsider på handball.no

Dette skal være kjøpt og tas med til første samling!

Påmeldingsfrist: 15. august 2018.

Eventuelle spørsmål rettes til regionskontoret ved Kai Corrigan på mobil 47898960.

Velkommen!

Med vennlig hilsen
NHF Region SørVest

Kai Corrigan
Utviklingskonsulent spill og trening