

Reykjavík 21. ágúst 2018

Þjálfaranámskeið FSÍ Sérgreinahluti 1C

Helgina 15. – 16. september verður haldið þjálfaranámskeið FSÍ sérgreinahluti 1C á höfuðborgarsvæðinu. Námskeiðið er 20 kennslustundir, þátttakendur þurfa að hafa lokið sérgreinahluta 1A til að öðlast þátttökurétt.

Á námskeiðinu er kenndir bóklegir og verklegir hlutar. Í bóklegum hlutum er farið í hlutverk þjálfarans, undirbúning yngri iðkenda fyrir keppnir, meiðsli og forvarnir í fimleikum. Í verklegum hlutum er farið í upphitun framhaldshópa, æfingar á gólfi og æfingar á stóru trampólíni.

Þátttakendur hafa val um að taka:

- a) Æfingar á litlu trampólíni
- b) Æfingar á rá og stökki

Skyldumæting er í alla hluta námskeiðsins. Í verklegum tímum skulu þátttakendur klæðast viðeigandi íþróttafatnaði.

Skráning fer fram í þjónustugátt FSÍ fyrir mánudaginn 10. september, skráning lokast 23:59 þann dag. Við seinskráningu greiðist eitt og hálf námskeiðsgjald.

Tekið skal fram í lýsingu um val A eða B í verklegum hluta.

Lágmarksfjöldi á námskeiðið er 15 manns.

Námskeiðsgjald er 15.000 kr.

Fyrir hönd fræðslunefndar FSÍ,
Helga Svana Ólafsdóttir,
fræðslustjóri.

