

Aktivitetslederkurs oktober 2014

Oslo Bueskyttere

10.-12. oktober, 2014

Krav til deltakerene: 15 år eller eldre

Forkunnskaper: ingen krav til forkunnskaper

Kostnad: Gratis for medlemmer av Oslo Bueskyttere, 400 kr for andre.

Kursgjennomføring: Deltakerene vil få tilgang til kursdokumentasjonen og må gå igjennom modulen treningslære før kursstart siden vi begynner kurset med en praktisk anvending av stoffet i den modulen.

Kurset vil i all hovedsak gjennomføres i gymsalen til Slemdal Barneskole, Stasjonsveien 1.

Dag	Tid	Modul	Gjennomføring	Kommentar
Fredag	1730-1900	Treningslære	praktisk	
	1930-2100	Regelkunnskap	teoretisk/praktisk	
Lørdag	1000-1030	Treningslære	teoretisk	oppsummering
	1030-1045		praktisk	oppvarming
	1045-1300	Utstyr og skyteteknikk	teoretisk/praktisk	
	1330-1345	Treningslære	praktisk	oppvarming
Søndag	1345-1600	Utstyr og skyteteknikk	teoretisk/praktisk	
	1000-1300	Trenerskap	teoretisk	
	1330-1345	Treningslære	praktisk	oppvarming
	1345-1500	Alle moduler	praktisk	
	1500-1530	Alle moduler	evaluering	oppsummering

Kursholdere: Regelkunnskap, Anthony Chetboune, dommer. Øvrige moduler, George Refseth, trener 1.

Påmelding via NIFs 'min idrett' eller til info@oslobueskyttere.no innen 8. oktober.