



Invitation til DSU Træner 1 samlet for VEST & ØST

Den 19.-20. august 2023 i
Silkeborg Skøjtehal

+ 3 timers online opfølgingskursus den 18. oktober 2023
samlet for Vest & Øst



Dansk Skøjte Union
Idræ · Brøndby Stadion 20 · DK-2605 Brøndby
www.danskate.dk

Tid

Weekenden den 19.-20. august 2023

- lørdag: kl. 09.00-20.00 og

- søndag: kl. 08.00-18.00

+ Online opfølgingskursus onsdag den 18.

oktober 2023 kl. 15.00-18.00

Sted (NB: Samlet for Vest og Øst)

Silkeborg Skøjtehal

Århusvej 45, 8600 Silkeborg

+ online den 18/10

Tilmelding

Tilmelding og betaling senest **søndag den 6. august 2023 kl. 23:59** via dette link:

<https://www.conferencemanager.dk/dsu1vog0082023>

Indhold af Træner 1

Uddannelsen består af to dele:

- 1) **DIF Træner 1**, som tages hos DIF, bookes via DSU, udbydes i både Øst og Vest og består af:
 - Træningslære
 - Børn og unges udvikling
 - Idrætsskader nej tak
 - Trænerrollen
- 2) **DSU Træner 1**, som består af 1 kursusweekend med fokus på:
 - Trænerrollen
 - Kommunikation og feedback
 - Motivation og pædagogiske overvejelser
 - Skader
 - Træningsplanlægning
 - Grundlæggende skøjte teknik
 - Aktiviteter på is
 - Aktiviteter og fokuspunkter for off-ice
 - Basic 1
 - Træningsvariationer
 - Undervisningsprincipper
 - Programplanlægning på Funkskateniveau
 - Solodans

Undervisningen i kursusweekenden er en blanding af teori og praksis både på og uden for isen.

Desuden består DSU Træner 1 af et 3-timers online opfølgingskursus med fokus på:

- Opsamling og læring fra kursusweekenden
- Case og træningsplaner

Deltagelse i online-kurset er obligatorisk for opnåelse af kursusdiplom.

Hvem kan deltage

Alle med interesse i uddannelse inden for hjælpe-trænergerningen kan deltage i DSU Træner 1, når de er fyldt 14 år ved tilmeldingen, og i DIF Træner 1, når de er fyldt 16 år ved tilmeldingen. Det er ikke et krav at have deltaget i DSU Hold-i-hånd.

Tilmelding og tilmeldingsgebyr

Tilmeldingsfrist: **senest søndag den 6. august 2023**.

Pris pr. deltager: kr. 2.000, som dækker kursusweekenden, materialer, forplejning og opfølgingskurset. Tilmelding er bindende, og ved tilmelding afstår man fra de 14 dages fortrydelsesret ved nethandel.

Kontakt den lokale fritidsforvaltning for evt. kommunalt tilskud til træneruddannelsen samt ansøg evt. om støtte hos DIF og DGI's foreningspulje: [her](#)

Rejse- og opholdsudgifter

Alle rejse- og opholdsudgifter er for deltagernes egen regning. For de, som kommer langvejs fra, kan der fx bookes overnatning her: "Silkeborg Sø - Camping og Feriehuse" (hytter), Århusvej 51 (helt tæt på skøjtehallen): https://seacamp.dk/?gclid=CjwKCAjwv8qkBhAnEiwAkY-ahsecV1qrQVS-qsPNvxmpbID2PZ1_wAQJZkFAOH65vovppDUngsXZZxoCP1oQAvD_BwE eller "Hotel Dania" (15 min. gang): <https://hoteldania.dk/>. Der er også Bed & Breakfast og AirBnB muligheder.

DSU opfordrer til, at klubber går sammen og organiserer overnatning og også sørger for voksendeltagelse - i det omfang, det er nødvendigt.

Forbehold

Arrangørerne forbeholder sig ret til ændringer i programmet og fralægger sig ethvert ansvar for skader, uheld og tyveri, der måtte overgå deltagerne eller andre i forbindelse med arrangementet.

Yderligere information

Kan indhentes hos Dansk Skøjte Union på office@danskate.dk

Mange hilsner og på gensyn i Silkeborg Skøjtehal!

Dansk Skøjte Union