



Dansk Skøjte Union

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
2605 Brøndby
Tlf: +45 28 74 82 10
Email: office@danskate.dk
Web: www.danskate.dk

Indbydelse til

DSU Træner 1 - ØST

Den 12.-13. december 2020

Hørsholm Skøjtehal



1. Arrangør

Dansk Skøjte Union i samarbejde med Hørsholm Kunstskøjteløber Forening.

2. Tid og sted

Uddannelsen afholdes den 12.-13. december 2020 i Hørsholm Skøjtehal (Bitcoin Arena), Stadion Allé 11, 2960 Rungsted Kyst.

3. Undervisning på og uden for is

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

Underviser: Oleg Tolkach.

4. Indholdet af Træner 1

Uddannelsen består af to dele:

- 1) DIF Træner 1, som tages hos DIF, bookes gennem DSU og udbydes i både Øst og Vest. DIF Træner 1 består af:
 - a. Træningslære
 - b. Børn og unges udvikling
 - c. Idrætsskader nej tak
 - d. Trænerrollen

- 2) DSU Træner 1, som består af:
 - a. Trænerrollen
 - b. Kommunikation
 - c. Feedback
 - d. Motivation
 - e. Skader
 - f. Træningsplanlægning
 - g. Grundlæggende skøjteteknik
 - h. Aktiviteter på is
 - i. Aktiviteter og fokuspunkter for off-ice
 - j. Basic 1
 - k. Træningsvariationer
 - l. Undervisningsprincipper
 - m. Programplanlægning på Funskateniveau
 - n. Solodans
 - o. Undervisning under Covid-19



5. Hvem kan deltage

Alle, der er interesseret i uddannelse inden for hjælpetræner-gerningen, og som er fyldt 14 år ved tilmeldingen, kan deltage i DSU Træner 1. Det er ikke et krav for at deltage i DSU Træner 1, at man har deltaget i DSU Hold-i-hånd kursus. Desuden kan DIF Træner 1 tages enten før eller efter DSU Træner 1 (dog anbefales det, at DIF Træner 1 tages først).

6. Tilmelding og tilmeldingsgebyr

Pris pr. deltager: kr. 1.700, som dækker uddannelse, materialer og måltider.

Tilmelding og betaling foregår online til Dansk Skøjte Union på

<https://www.conferencemanager.dk/dsut120oest>

Tilmelding er bindende, og ved tilmelding afstår man fra de 14 dages fortrydelsesret ved nethandel.

Tilmeldingsfrist: Søndag den 22. november 2020.

Kontakt den lokale fritidsforvaltning for eventuelt kommunalt tilskud til træneruddannelsen samt ansøg evt. om støtte hos DIF og DGI's foreningspulje: <https://www.dgi.dk/foreningsledelse/medlem-af-dgi/medlem-af-dgi/medlemsfordele/soeg-dif-og-dgi-s-foreningspulje>

Grundet Covid-19 er det desværre i år ikke forsvarligt i Øst at tilbyde overnatning på en nærliggende skole, som det tidligere har været muligt, og andre overnatningsmuligheder i nærområdet er en dyr løsning.

7. Rejseudgifter

Alle rejseudgifter er for deltagernes egen regning.

8. Deltagerliste samt tidsplan

Udarbejdes af Dansk Skøjte Union og sendes til de deltagende klubber ca. 1 uge før kursets start.

9. 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.



10. Covid-19 retningslinjer

Dansk Skøjte Union følger løbende udviklingen i Covid-19 situationen både nationalt og regionalt og overholder de til enhver tid gældende regler og retningslinjer udstukket af myndighederne.

Dansk Skøjte Union har vedtaget generelle retningslinjer for Covid-19 i forbindelse med aktiviteter, herunder træningsamlinger afholdt af unionen, se vejledningen her:

<https://www.danskate.dk/corona-vejledning/>

11. Yderligere information

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

Mange hilsner og på gensyn i Hørsholm

Dansk Skøjte Union