



Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK – 2605 Brøndby
Tlf.: +45 43 26 27 28
Fax: +45 43 26 27 29

Hjemmeside: www.bueskydningdanmark.dk
E-mail: info@bueskydningdanmark.dk

Uddannelse på tværs

Kan du som træner holde motivationen?

Er du nysgerrig på hvordan du som træner kan vedligeholde en høj motivation og bevarer selvtilliden samt kommunikerer optimalt med dine udøvere, så har uddannelse på tværs et godt tilbud til dig.

Uddannelse på tværs afholder tre-timers kurser tre steder i landet Brøndby, Odense og Århus. Foredragsholder er: Janne Mortensen, Sportspsykologisk konsulent fra Mentalmotion.

Kursets indhold:

Motivation - hvordan holder man motivation høj som træner?

Hvilke redskaber kan der arbejdes med ift. motivation? - evt. også et kort indblik i hvordan samme redskaber kan bruges til at motivere udøverne.

Kommunikation - hvad skal man vide om kommunikationsformer for at opnå den optimale kommunikation i forskellige situationer? Hvilke kommunikationsredskaber kan der arbejdes med for at opnå bedst resultat?

Selvtillid - hvordan bevarer træneren troen på egne evner, selv når det går udøveren skidt? Hvorfor er det vigtigt at bevare troen på egne evner? Hvordan trænes selvtilliden?

-evt. indblik i hvordan samme redskaber kan bruges til at højne udøvernes selvtillid.

Oplægget vil bygges op som foredrag - men med plads til diskussion samt spørgsmål, således så trænerne involveres som aktivt deltagere.

Praktiske oplysninger:

Datoer:

13. november 2014 – Odense, **Odense Bowlinghal**, Møllemarksvej 80, 5200 Odense

14. november 2014 – Århus, **MarselisborgCentret**, Bygning 8, P. P. Ørums Gade 11, 8000 Aarhus C.

20. november 2014 – København, **Idrættens Hus**, Brøndby Stadion 20, 2605 Brøndby

Tidspunkt: Kurserne afholdes fra 18-21, men fra 17.30 vil der være tilbud om en let forplejning.

Kursuspris: Kurset koster kr. 250,- der indbetales forud for kurset til Bueskydning Danmark på konto.: 5510 0726835640. (Husk navn og kursus på indbetalingen).

Tilmeldingsfrist er 10. oktober 2014 og sker til eget forbund ved: Kenn Romme Larsen, konsulent@bueskydningdanmark.dk

Uddannelse på tværs er et samarbejde mellem specialforbundene under DIF. Samarbejdet er indgået for at kunne give vores medlemmer endnu flere attraktive tilbud og udnytte erfaring

