



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

Hjemmeside: [www.bueskydningdanmark.dk](http://www.bueskydningdanmark.dk)  
E-mail: [info@bueskydningdanmark.dk](mailto:info@bueskydningdanmark.dk)

## Trænerkursus – ATK BUE træning

### Målgruppe:

Bueskydning Danmarks uddannelse i ATK BUE træning retter sig mod alle trænere som ønsker værktøjer, indsigt og forståelse for træning af bueskytter ud fra principperne i aldersrelateret træningskoncept i bueskydning.

Disse kurser er tilrettelagt for trænere som fungerer i foreninger som indgår i implementeringsarbejdet med ATK BUE. Har din forening ikke tilmeldt sig Bueskydning Danmarks implementeringsforløb, kan du derfor ikke deltage på disse kurser. Fremadrettet bliver ATK BUE integreret i materialet i Bueskydning Danmarks træneruddannelse og vil være åbent for alle interesserede trænere.

### Indhold og varighed:

Kurset giver vejledning i Aldersrelateret træningskoncept for bueskydning. På kurset får du konkrete værktøjer til at gennemføre din daglige træning med fokus på ATK. Kurset klæder dig på til at guide skytten i teknisk træning ud fra teorierne i ATK.

Kurset består af 4 undervisningstimer, bestående af teoretiske oplæg, praktisk erfaring og dialog/sparring imellem kursister samt praktisk træning på skydelinjen. Programmet ser således ud:

- Velkomst
- Teori
- Praktiske øvelser
- Teori
- Praktiske øvelser
- Spørgsmål & afrunding

Kurserne arrangeres 5 steder i Danmark, med samme indhold. Dette gør kurset lokalt og fleksibelt for trænere som på denne måde undgår lange afstande til kurserne, som arrangeres på hverdagsaftener. Du skal kun deltage på det kursus som arrangeres nærmest, og altså ikke på alle 5.

Vær obs. på at kurserne er delt i buetyper. Skal du som træner dække træning i flere buetyper, bør du tilmelde dig kurserne med den respektive buetype i fokus. Se kursusliste nedenfor.

### Kurser med fokus på ATK RECURVE:

Århus, mandag d. 12. januar 2015, kl. 18-22  
Esbjerg, tirsdag d. 13. januar 2015, kl. 18-22  
Odense, onsdag d. 14. januar 2015, kl. 18-22  
Køge, torsdag d. 15. januar 2015, kl. 18-22  
København, fredag d. 16. januar 2015, kl. 17-21

### Kurser med fokus på ATK LANGBUE OG BARBUE:

Århus, mandag d. 19. januar 2015, kl. 18-22  
Esbjerg, tirsdag d. 20. januar 2015, kl. 18-22  
Odense, onsdag d. 21. januar 2015, kl. 18-22  
Køge, torsdag d. 22. januar 2015, kl. 18-22  
København, fredag d. 23. januar 2015, kl. 17-22

### Kurser med fokus på ATK COMPOUND:

Kurserne planlægges til primo marts 2015 og invitation udsendes særskilt disse kurser.





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

Hjemmeside: [www.bueskydningdanmark.dk](http://www.bueskydningdanmark.dk)  
E-mail: [info@bueskydningdanmark.dk](mailto:info@bueskydningdanmark.dk)

**Medbring:**

Deltagere kan medbringe egen bue og grej. Det er ikke en forudsætning for deltagelse på kurset.

**Forplejning:**

Der er ingen forplejning på kurserne.

**Kursusafgift:**

Kurserne er gratis for alle medlemmer af Bueskydning Danmark.

**Tilmelding:**

Du tilmelder dig dette kursus på mail: [konsulent@bueskydningdanmark.dk](mailto:konsulent@bueskydningdanmark.dk) senest den 5. januar 2015.

Ved din tilmelding skal du angive følgende:

- Navn
- Forening
- E-mail
- Hvilke kursus tilmelder du dig

**Underviser på kurserne:**

Recurve: Niels Dall & Johan Weiss

Langbue og barbue: Jes Lysgaard

Compound: Kasper Hovgaard Larsen

**Bueskydning Danmark uddannelsesplan:**

Trænerkurserne ATK BUE er en del af Bueskydning Danmarks implementeringsplan for aldersrelateret træningskoncept i bueskydning og indgår ikke i den almindelige uddannelsesstruktur for trænere.

ATK BUE vil fremadrettet blive en integreret del af Bueskydning Danmarks trænerkurser, og viden om aldersrelateret træning for bueskytter kan igennem deltagelse på disse kurser opnås. Her er det ikke en forudsætning, at foreningen indgår i implementeringsplanen for ATK BUE i 2015.

