



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

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

## **Grundtræner - Modul B**

### **2. oktober 2022 i København, kl. 10-18**

#### **Målgruppe:**

Bueskydning Danmarks Grundtrænerkursus, retter sig mod alle personer som ønsker værktøjer, indsigt og forståelse for træning af begynder samt let-øvede bueskytter.

Den primære målgruppe for kurset er Ung-trænere, trænere eller forældre med et gennemført 1-2-Træner Bueskydnings kursus.

#### **Grundtræner – Modul B:**

Modul B er en del af hele grundtræneruddannelse hos Bueskydning Danmark der er sammen sat af:

Grundtræner – Modul A: Teknik

**Grundtræner – Modul B: Udstyr og trimning (Dette kursus)**

Grundtræner – Modul C: Mental og fysisk træning

Danmarks Idrætsforbunds – Træner 1

#### **Grundtræner – Modul B - Indhold og varighed:**

Modulet er på 7 undervisningstimer med fokus på det basale udstyr.

Kurset omfatter:

- Forklaring på de forskellige buetyper
- Forskel mellem udstyr
- Basis set up af nyt udstyr
- Valg af pile i forhold til træklænge & pundstyrke

Kurset er et delvis aktivt kursus. Du vil således allerede på kursusdagen være aktiv i funktionen som træner.

Medbring derfor gerne:

- Papir og skriveredskaber
- Evt. egen fingerlap
- Tøj til træningssituation

#### **Forplejning:**

Der vil på kurset blive serveret formiddagskaffe/te, frokost & kildevand og eftermiddagskaffe. Du skal derfor ikke selv medbringe madpakke til frokost.

#### **Tid og sted:**

Kurset arrangeres i samarbejde med Københavns Bueskyttelaug, og afvikles den 2. oktober 2022, kl. 10-18 i klubbens lokaler på adressen: Grøndal multicenter - Hvidkildevej 64, 2400 København NV.



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

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

**Kursusafgift:**

Deltagergebyr for personer som er medlem af en klub under Bueskydning Danmark er på kr. 800,- pr. deltager. Betalingen sker ved tilmelding.

**Tilmelding:**

Du tilmelder dig dette kursus på DIF's e-lærings platform [www.ie.dif.dk](http://www.ie.dif.dk). Du finder kurset i webshoppen under bueskydning. Betalingen sker ved tilmelding. Sidste tilmelding er den 19. september 2022.

Du skal benytte samme mail som i Bueskydning Danmarks medlemssystem. Er det første gang du logger på systemet vil din kode automatisk være BueDK2020. Har du problemer med dette, kig i manualen til platformen som ligger på Bueskydning Danmarks kursusplan. Efterfølgende kan du kontakte Bueskydning Danmark på [info@bueskydningdanmark.dk](mailto:info@bueskydningdanmark.dk).

**Underviser på kurset:**

Bueskydning Danmark instruktør Rasmus Fogt.

**Bueskydning Danmark uddannelsesplan:**

Grundtræner – Modul B er en del af Bueskydning Danmarks uddannelsesplan, og indgår i uddannelsesstrukturen for trænere. Dette kursus bliver afviklet efter den nye model. Materialet for ATK BUE ligger til grund for en del af kursusmaterialet.