

TRENER 2 FORDYPNING TUMBLING

Kurset retter seg mot alle som bruker tumbling på trening, i konkurranse eller i undervisning, og med godkjent kompetanse fra Sikringskurs 1 tumbling og Trener 1 gymnastikk og turn, samt gjennomført Trener 2 introkurs. Fullført Trener 2 basis er også anbefalt.

- Påmeldingskrav:** Deltakere med godkjent og fullført Trener 1, Sikringskurs 1 tumbling, og Trener 2 introkurs, kan melde seg på Trener 2 fordypning tumbling. Det anbefales i tillegg minimum 1 års praksis etter Sikringskurs 1 tumbling, og gjennomført Sikringskurs 1 trampoline.
- Kursinnhold:** Rotasjonsteori, samt skru og skrutyper. Metodikk, grunnleggende forutsetninger, teknikkøvelser og prinsipper for mottak for følgende nivå:
Araber flikk-flakk baklengs salto, -strak baklengs salto, -strak baklengs 360°, -strak baklengs 720°, og -dobbel baklengs.
Stift salto, pikert salto-stift, pikert salto-stift salto
Vurdering gjennomføres ved hjelp av teoretisk prøve i forkant av kurset, og praktisk prøve underveis i kurset. Fullført og godkjent kompetanse kvalifiserer deltaker til å kunne sikre utøvere i den aktivitet som er gjennomgått på kurset.
- Kompetansemål:** Deltakerne skal:
- kunne drive forsvarlig instruksjon på tumbling fra grunnleggende elementer og opp til stift salto og salto stift forover, samt araber flikk-flakk dobbel salto bakover
 - kunne arbeide analytisk med øvelser ved å tenkeforutsetninger, krav, arbeidsoppgaver, vanlige feil og konsekvenser
 - ha kjennskap til rotasjonsteorien bak elementene i tumbling
- Påmelding:** Personlig påmelding via <https://minidrett.nif.no>. Det er plass til ca. 15 deltakere pr kurs. Førstemann til mølla gjelder. Hvis du har registrert telefonnummeret ditt i minidrett, vil du motta en melding når påmeldingen har blitt registrert. Påmeldingen er bindende.
- Avmelding:** Eventuell avmelding gjøres i minidrett. Avmeldingsfrist er samtidig som påmeldingsfrist. Det er ikke mulig å melde seg av kurset i minidrett etter at avmeldingsfristen er utløpt. Avmelding etter avmeldingsfristens utløpt, må sendes på e-post til kompetanse@gymogturn.no. Kun legeerklæring er gyldig for å unngå betaling av kursavgift etter at fristen er utløpt.
- Betaling:** Kurset arrangeres og faktureres av Norges Gymnastikk- og Turnforbund. For lisenspris, må trenerlisens være betalt i forkant av kurset. Faktura sendes ut i etterkant av kurset til deltakers klubb, som registreres av deltaker ved påmelding. Dersom klubbtilhørighet ikke oppgis, sendes faktura til deltakers registrerte e-post i Min idrett. Annen fakturaadresse må meldes inn før kursstart til kompetanse@gymogturn.no.
- Reise, overnatting og mat:** Mat inngår IKKE i kursprisen, alle må ta med seg det de selv ønsker å spise og drikke. Eventuell reise og overnatting ordnes også av den enkelte. NGTF har avtale med Thon Hotels. Bestilling kan gjøres her: <https://www.thonhotels.no/firmaavtale/>
Firmanavn: Norges Gymnastikk og Turnforbund, avtalekode: TH87811.
- Husk:** Ta med mat, drikke, skrivesaker og godt humør.
Kurset krever aktiv deltakelse, så ha på treningstøy fra start.
- Kontakt:** Ved spørsmål, ta kontakt på e-post: kompetanse@gymogturn.no

VEL MØTT TIL KURS!