

Træner Camp

- sammen er det sjovest

SG Huset, Svendborg

10.-11. september 2022

Glæd dig til en weekend, hvor du enten kan tage første step i din træneruddannelse eller fordybe dig i din disciplin – **Idrætsgymnastik, Rytmisk Gymnastik, TeamGym og Trampolin**, og få ny viden og inspiration.

Nogle kurser går på tværs af discipliner.

Du kan også blive uddannet i Udendørs Fitness, som kan bruges i forbindelse med al slags træning.

Lørdag aften afsluttes med et fælles arrangement med middag samt en spændende paneldebat med overskriften "Flest muligt, længst muligt, i de bedste miljøer".

Sådan gør du

- Sammensæt dit eget program efter dine interesser.
- Hvis du vælger GymTræner 1 – Basis, kan du ikke vælge andre moduler.
- Nogle steder kan du vælge mellem forskellige moduler – vær obs på at vælge det rigtige i tilmeldingsformularen.

Praktisk info

TrænerCampen er målrettet konkurrence- og disciplintrænere.

Campen holdes i SG Huset, Ryttervej 70, 5700 Svendborg

I får forplejning og mulighed for overnatning (på feltmanér) med i prisen, så der er gode muligheder for at styrke både faglighed og fællesskab i denne weekend.

Prisen er 1.995 kr. for en dag, og 3.495 kr. for begge dage for GymDanmark-medlemmer.

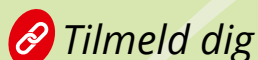
Spørgsmål? Kontakt Louise Tarp Jørgensen tlf. 2159 8394 eller ltj@gymdanmark.dk.

GymDanmark
DANMARKS GYMNASTIK FORBUND

Træner Camp

- sammen er det sjovest

TRAMPOLIN



Fra værdi til trampolin

Hvordan kan du bruge værdier, arbejde med klubkultur, og trænerfilosofi til at tackle trampolinudfordringer? Få viden om udfordringer i trampolintræningen og inspiration til håndtering af det.

Målgruppe: Trampolintrænere

Underviser: Maila Walmod

Typiske skader i springgymnastik 1

Bliv klogere på skadesforebyggelse og genoptræning af typiske gymnastikskader i fødder, ben og omkring hoften.

Målgruppe: Trænere +15 år

Underviser: Jacob Thure

Lørdag d. 10 september

9.00 - 12.30	Fra værdi til trampolin	Typiske skader i springgymnastik 1	Overbelastningsskader hos børn og unge	GymTræner 1 – Basis, del 1	GymTræner 1, Specialedel – Trampolin, Modul 1
12.30 - 13.30	Frokost (fælles)				
13.30 - 17.30	Det stærke forældresamarbejde	Typiske skader i springgymnastik, del 2	Smidighedstræning for børn og unge	GymTræner 1 – Basis, del 1	GymTræner 1, Specialedel – Trampolin, Modul 1
18.00 - 19.00	Middag (fælles)				
19.30 -	Paneldebat: Flest muligt, længst muligt i de bedste miljøer				

Overbelastningsskader hos børn og unge

Hør om projektet JumpSmile, der har fokus på overbelastningsskader hos unge gymnaster. Projektet er halvvejs i forløbet, og her får du et indblik i den nyeste forskning på området.

Målgruppe: Trænere for børn og unge, der træner mere end en gang om ugen

Underviser: Charlotte Anker-Petersen

GymTræner 1 – Basis (varer to dage)

Først step på vejen til at blive en dygtig træner. Der er fokus på at undervise børn, og på at kunne stå for den daglige træning med alderssvarende opvarmning og grundtræning.

Målgruppe: Nye gymnastiktrænere, som skal have ansvar for den daglige holdtræning.

Underviser: Lise-Lotte Madsen, Søren Ellehave Olsen og Clara Steensen Ravn

GymTræner 1, Specialedel, Trampolin, Modul 1

På specialet Trampolin er der fokus på de praktiske elementer, der specifikt henvender sig til dig som trampolintræner, f.eks. sikkerhed og springopbygning. Du kommer i dybden med undervisningsmetoder og formidling.

Målgruppe: Trænere, der har gennemført GymTræner 1 – Basis

Underviser: Sara Ladegaard og Kim Olavi

Det stærke forældresamarbejde

Bliv klogere på, hvilken rolle forældre har i gymnastik og talentudvikling. I workshoppen hører du både om, hvad forskningen viser, og kommer til at arbejde konkret med, hvordan man kan skabe et godt samarbejde med forældrene.

Målgruppe: Alle aktører indenfor gymnastik

Underviser: Marie-Louise Haurum

 **Læs mere om alle kurserne**

Træner Camp

- sammen er det sjovest

TRAMPOLIN

 Tilmeld dig

Det stærke forældresamarbejde

Bliv klogere på, hvilken rolle forældre har i gymnastik og talentudvikling. I workshoppen hører du både om, hvad forskningen viser, og kommer til at arbejde konkret med, hvordan man kan skabe et godt samarbejde med forældrene.

Målgruppe: Alle aktører indenfor gymnastik

Underviser: Marie-Louise Haurum

Typiske skader i springgymnastik 2

Bliv klogere på skadesforebyggelse og genoptræning af typiske gymnastikskader i arme, skuldre og ryg.

Målgruppe: Trænere +15 år

Underviser: Jacob Thure

Lørdag d. 10 september

9.00 - 12.30	Fra værdi til trampolin	Typiske skader i springgymnastik 1	Overbelastnings-skader hos børn og unge	GymTræner 1 – Basis, del 1	GymTræner 1, Specialedel – Trampolin, Modul 1
12.30 - 13.30	Frokost (fælles)				
13.30 - 17.30	Det stærke forældresamarbejde	Typiske skader i springgymnastik, 2	Smidigheds-træning for børn og unge	GymTræner 1 – Basis, del 1	GymTræner 1, Specialedel – Trampolin, Modul 1
18.00 - 19.00	Middag (fælles)				
19.30 -	Paneldebat: Flest muligt, længst muligt i de bedste miljøer				

Smidighedstræning for børn og unge

Hvordan arbejder man bedst med smidighedstræning til børn og unge? Det kan du blive klogere på kurset, som både indeholder teori og praksis.

Målgruppe: Erfarne trænere med indgående kendskab til grundtræningsprincipper

Underviser: Charlotte Anker-Petersen



Læs mere om alle kurserne



GymDanmark
DANMARKS GYMNASTIK FORBUND

Træner Camp

- sammen er det sjovest

TRAMPOLIN

 *Tilmeld dig*

GymTræner 1 – Basis (fortsat fra lørdag)

Først step på vejen til at blive en dygtig træner. Der er fokus på at undervise børn, og på at kunne stå for den daglige træning med alderssvarende opvarmning og grundtræning.

Målgruppe: Nye gymnastiktrænere, som skal have ansvar for den daglige holdtræning

Underviser: Lise-Lotte Madsen, Søren Ellehave Olsen og Clara Steensen Ravn

GymTræner 1, Specialedel, Trampolin, Modul 1 (fortsat fra lørdag)

På specialet Trampolin er der fokus på de praktiske elementer, der specifikt henvender sig til dig som trampolintræner, f.eks. sikkerhed og springopbygning. Du kommer i dybden med undervisningsmetoder og formidling.

Målgruppe: Trænere, der har gennemført GymTræner 1 – Basis

Underviser: Sara Ladegaard og Kim Olavi

Søndag d. 11. september

9.00 - 12.15	GymTræner 1 – Basis, del 2	GymTræner 1 – Specialedel – Trampolin – Modul 1	
12.15 - 13.00	Frokost (fælles)		
13.00 - 16.30	GymTræner 1 – Basis, del 2	GymTræner 1 – Specialedel – Trampolin – Modul 1	Bæredygtig talentudvikling i praksis

Bæredygtig talentudvikling i praksis

Bliv klogere på talentudvikling og udviklende træningsmiljøer samt inspiration til praktisk arbejde med lokal foreningsudvikling.

Målgruppe: Holdledere, erfarne trænere og trænere +15 år

Underviser: Rikke Løwe

 *Læs mere om alle kurserne*



GymDanmark
DANMARKS GYMNASTIK FORBUND