



KAMPPAILULAJIEN I-TASON VALMENTAJAKOULUTUS

Lähijaksot 16. -18.3. ja 20. -22.4.2012 Liikuntakeskus Pajulahdessa

KOULUTUKSEN SISÄLTÖ (50h)

Valmentajakoulutusjärjestelmä
Yksittäisen harjoituksen rakenne
Opettaminen ja oppiminen
Kamppailuvalmentajan ominaisuudet
Urheiluvalmennus
Fyysiset kyvyt
Kamppailulajien ensiapu
Tekniikan perusteet
Käytännön lajiharjoittelu
Kamppailulajien yhteistyö
Etätehtävät

Koulutuksen hinta on 310€ sisältäen kahden viikonlopun koulutuksen, materiaalit, majoituksen ja ruokailut. Koulutuksiin ilmoittautuneille lähetetään tarkempi ohjelma postitse.

Kouluttajina toimivat lajiliittojen kouluttajat. Koulutus painottuu yksittäisen harjoituksen rakenteen ja kehon väsymisjärjestyksen sekä perustekniikoiden opettamiseen.

Kamppailulajien yhteisissä koulutuksissa pyritään lisäämään lajien välistä yhteistyötä ja saavuttamaan laajempi näkökulma valmentamiseen eri lajien kouluttajien näkökulmista unohtamatta lajikohtaisten perustekniikoiden harjoittelua.

ILMOITTAUTUMINEN

viimeistään 1.2.2012 mennessä
lajisi yhteyshenkilölle:

Nyrkkeily

Nettisivujen kautta:
[www.nyrkkeilyliitto.com/
koulutuksiin_ilmoittautuminen](http://www.nyrkkeilyliitto.com/koulutuksiin_ilmoittautuminen)

Karate

Tomi Tolsa
050-313 9119
tomi.tolsa@karateliitto.fi

Taekwondo

Jarkko Mäkinen
jarkkomail@gmail.com

Muay Thai

Petri Martinez
0440-528 881
martinez@welho.com

*Koulutuksen koordinoijana toimii nyrkkeilyliiton koulutus- ja valmennuspäällikkö Sanna Laine
p. 040-359 3097/ snl.laine@kolumbus.fi.*

Maksu -ja peruutusehdot: Ilmoittautuminen on sitova. Yhtä (1) viikkoa ennen koulutusta tehdystä peruutuksesta veloitamme puolet (50%) hinnasta. Mikäli peruutusta ei tehdä ollenkaan, veloitamme koko koulutuksen hinnan. Lääkärintodistusta vastaan palautamme koulutuksen hinnan vähennettynä 10 euron toimistokuluilla. Voimme peruuttaa koulutuksen, ellei osallistujia ole riittävästi. Koulutusvahvistus lähetetään viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeen sähköpostitse tai annettuun postiosoitteeseen.