

HJÆLPETRÆNER kursus



Lørdag den 21. maj 2022

I Ledøje-Smørum hallen, Flodvej 62, 2765 Smørum

Håndbold Region Øst
Idrættens Hus,
Brøndby Stadion 13,
2605 Brøndby
Tlf.: 4326 2498
hro@dhf.dk
haandbold-ost.dk
Bank:
Sparekassen Sjælland
Reg.nr. 0525
Kontonr. 0000395943

Er du mellem 13 og 16 år, så se her!

Kurset er fra kl. 09.00-14.00

- I skal være aktive i hallen, så husk praktisk tøj og en håndbold.
- Medbring gerne papir/blyant til notater under den teoretiske gennemgang.

Kursisterne vil gennemgå flg.:

- Teori om børns udvikling, træningstilrettelæggelse og din trænerrolle.
- Praktik i hal med øvelser til opvarmning, motorisk og teknisk træning, partibold, boldlege og spil i form af totalhåndbold og 5+1.

Der vil også blive lagt op til diskussion, hvor der er mulighed for idé- og erfaringsudveksling.

Instruktør er:

Christina Hahowitz Elling

Kurset koster 475,- pr. deltager, som afregnes via foreningen.

Tilmelding senest 15. maj 2022, via haandoffice kursus nr.: 4212

Er der yderligere spørgsmål er du velkommen til at kontakte Jane Pedersen på 6124 4887 eller e-mail.: jp.hro@dhf.dk