



Tarkkuuslajit (ammunta, curling, jousiammunta ja keilailu) jatkavat yhteistyötä valmentajakoulutuksessa. Lajit järjestävät perinteisen yhteisen 1-tason valmentajakoulutuksen syksyllä 2021.

Koulutus sisältää yhteensä kolme lähijaksoa (pe-su), joista kaksi on yleisjaksoa ja kolmas toteutetaan lajikohtaisesti erillisenä. Koulutus sisältää lähijaksojen lisäksi oppimistehtäviä.



# Tarkkuuslajien yhteinen 1-tason VALMENTAJAKOULUTUS 2021

Lähijaksot alkavat perjantaisin klo 17.00 ja päättyvät sunnuntaisin klo 15.00

## YHTEISET JAKSOT Harjoittelun perusteet

**17.–19.9.2021 Kuortane**

- Fyysiset ominaisuudet ja harjoittelu
- Yksittäisen harjoituksen suunnittelu ja ohjaaminen
- Lasten ja nuorten kehittyminen ja harjoittelu
- Valmentajana kehittyminen

## Valmentamisen periaatteet

**8.–10.10.2021 Kisakallio**

- Valmentajan ominaisuudet
- Taitovalmennus
- Oppiminen ja opettaminen
- Psykkinen valmennus
- Paraurheilijoiden valmentaminen

*Kahden yhteisen jakson lisäksi kullekin tarkkuuslajille järjestetään yksi lajitaitojen oppimisen perusteisiin liittyvä koulutusviikonloppu. Niiden ajankohdat ilmoitetaan syksyllä 2021 koulutukseen ilmoittautuneille.*

## Koulutuksen hinta

Koulutuksen hinta on **250 euroa/jakso** sisältäen koulutuksen ja majoituksen täysihoidolla (2 hh). Koulutus sisältää yhteensä kolme jaksoa. Lisähinnasta on mahdollista majoittautua yhden hengen huoneessa sekä ostaa iltapala.

Koulutuksessa käytetään kurssikirjaa Lasten ja Nuorten Hyvä Harjoittelu (32€). Kurssikirja laskutetaan ensimmäisen laskun yhteydessä.

## Ilmoittautumiset

Mukaan mahtuu kaikista tarkkuuslajeista enintään 15 valmentajaa/tarkkuuslaji ja paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Mikäli osallistujia tulee yli kiintiön, lajiliitot valitsevat osallistujat.

## Ilmoittautuminen päättyy 31.8.2021.

Kaikkien lajien ilmoittautumiset suoritetaan kootusti saman lomakkeen kautta:

<https://forms.gle/SSkDQVWuVNrJf24r8>

Kurssikirja  
LASTEN JA NUORTEN  
HYVÄ HARJOITTELU  
hintaan  
**32 €**  
sis. postikulut

