



Invitasjon til

# TRENER 2-KURS PISTOL OG RIFLE

Norges Skytterforbund inviterer til trenerkurs Trener 2 pistol og rifle. Trener 2 bygger på kunnskaper og praksis fra Trener 1, men det tilkommer også nye moment. Skyteteknisk fokuserer Trener 2 på skyting med kal .22. Trener 2 er for trenere som ønsker å utvikle seg selv og sine utøvere videre. Etter bestått kurs og gjennomført praksis utstedes kursbevis (idretts-CVen) og Trener 2-merke.

## KRAV TIL FORKUNNSKAPER

Deltakerne må ha bestått Trener 1 (levert trenerlogg og bestått praksis) og være fylt 16 år.

## GENERELL INFORMASJON

Arrangør: Norges Skytterforbund

Kursansvarlig: Helene Rønningen

Instruktører: Leif Steinar Rolland (rifle) og Christer Magnusson (pistol)

## PROGRAM

**KURSHELG 1** (Felles med de andre presisjonsidrettene)

Kurssted Thon Hotell Ullevål Stadion og Idrettens Hus, Ullevål Stadion (fredag – søndag)

Fredag 19.04.2024 kl. 17:30 – 21:00

Lørdag 20.04.2024 kl. 09:00 – 19:00

Søndag 21.04.2024 kl. 09:00 – 17:00

## KURSHELG 2 PISTOL

Kurssted Hotell/møterom (fredag, info kommer) og Ekeberghallen (lørdag og søndag)

Fredag 20.09.2024 kl. 16:30 – 21:00

Lørdag 21.09.2024 kl. 09:00 – 18:00

Søndag 22.09.2024 kl. 09:00 – 18:00

## KURSHELG 2 RIFLE

Kurssted Thon Hotel Oslo Airport (fredag) og Alfhallen (lørdag og søndag)

Fredag 27.09.2024 kl. 16:30 – 21:00

Lørdag 28.09.2024 kl. 09:00 – 18:00

Søndag 29.09.2024 kl. 09:00 – 18:00



## PÅMELDING

Frist 24.03.2024  
Sendes til: [helene.ronningen@skyting.no](mailto:helene.ronningen@skyting.no)

Følgende opplysninger må oppgis ved påmelding: deltakers navn, adresse, fødselsdato, tlfnr., e-postadresse og klubbtilhørighet.

Vennligst spesifiser om du ønsker påmelding med/uten overnatting og evt. flyreise.

## DELTAKERAVGIFT

Faktura vil bli sendt til deltakerens klubb, om ikke annet er avtalt.  
Beløp (inkl. begge kurshelger):

- **Med overnatting og frokost + lunsj – kr 6500,-**
  - o Overnatting blir booket av NSF
  - o Inkluderer også kursmateriale og tøymerke (ved bestått kurs)
  - o Om deltakeren må reise med fly reduseres deltakeravgiften med kr 500,- per kurshelg
- **Uten overnatting – kr 4000**
  - o Inkluderer også kursmateriale og tøymerke (ved bestått kurs)
  - o Inkludert lunsj alle kursdager
  - o Om deltakeren må reise med fly reduseres deltakeravgiften med kr 500,- per kurshelg

## HVA MÅ JEG GJØRE FOR Å BESTÅ KURSET?

- Kravet til oppmøte på kurset er 80 %
- Gjennomføre E-læring
- Fullføre innleveringsoppgave og sende til idrettskonsulent i NSF
- Gjennomføre praksis og levere inn trenerlogg til idrettskonsulent i NSF.

## KURSMATERIALE

Når påmeldingsfristen til kurset er ute vil du få tilsendt en pakke med boken «Den Coachende Treneren 2 – om å coache viderekommende» i posten. Ta med deg denne på kurset.



Resten av kursmateriale finner du på <https://ekurs.nif.no/>, logg deg inn med samme innlogging som Min Idrett og velg «Særforbund» i toppmenyen, da får du opp en liste hvor du finner «Norges Skytterforbund», velg deretter «Trenerkurs Trener 2 Presisjonsidrett». På denne siden finner du kursmateriale som du kan laste ned.

### HVORDAN GJENNOMFØRE E-LÆRING

Alle deltakere må gjennomføre e-læring i løpet (i forkant og underveis) av kurset. Disse modulene finner du på <https://ekurs.nif.no/>, logg deg inn med samme innlogging som Min Idrett. Velg deretter «Trenerløypa» i toppmenyen og gjennomfør følgende moduler:

- Sunn Idrett e-læring for trenere
- Idrettsernæring Modul 1
- Idrettsernæring Modul 2
- Aldersrelatert trening 2
- [Ren Utøver](#) (Antidoping Norge)

**OBS!** Vi trenger kun å få tilsendt kursbevis på e-kurset «Ren utøver». Resten av e-kursene har vi tilgang til å sjekke om er gjennomført.

### INNLEVERINGSOPPGAVE

Innleveringsoppgaven får deltakerne tilsendt på e-post i forkant av kursstart. Oppgaven vil bli gjennomgått på kurshelg 1 sammen med de andre presisjonsidrettene.

### TRENERLOGG

Deltakerne må dokumentere 75 timer praksis som trenere, enten i egen klubb eller andre steder. Du får tilsendt loggen som skal benyttes.

Du kan begynne å logge timer etter første kurshelg.

**MED VENNLIG HILSEN**  
Norges Skytterforbund