

# I- TASO, Etelä-Suomi

## Lasten- ja nuorten ohjaaja- ja valmentajakoulutus

### I-TASO

#### Pähkinänkuoressa

- 3 la-su jaksoa (1 vuosi)
- Yhteensä 100 h
  - ⇒ 60 h lähiopiskelua
  - ⇒ 40 h etäopiskelua
- Lajivalmennus 30 h
- Fyysinen valmennus 30 h
- Psyykinen valmennus 20 h
- Ohjaajana kehittyminen 20 h
- Kouluttajina Lentopalloliiton kouluttajat.
- Hinta 130 €/jakso

Hinnat vaihtelevat koulutuksen toteutuksesta ja paikasta riippuen, sekä siitä, sisältävätkö koulutukset mm. majoittumisen ja ruokailun.

#### Varmista paikkasi ja ilmoittaudu heti netissä!

[www.lentopalloliitto.fi/seurapalvelut/koulutus/ilmoittautuminen](http://www.lentopalloliitto.fi/seurapalvelut/koulutus/ilmoittautuminen)

### YHTEISTYÖSSÄ



AJANKOHTA	JAKSO	PAIKKA
21.-22.8.2010	1. jakso	Mäkelänrinteen Uintikeskus, Helsinki
4.-5.9.2010	2. jakso	Helsingin Urheilutalo
2.-3.10.2010	3. jakso	Helsingin Urheilutalo

I-Tason koulutus on suunnattu lasten ja nuorten ohjaajille/valmentajille. Koulutus sopii myös aikuisten valmentajille, joilla ei aikaisempaa koulutusta vielä ole.

Eri osa-alueista käydään läpi perusteet. Koulutus on erittäin käytännönläheinen ja aikaa vietetäänkin paljon salilla.

Osaavat kouluttajat tarjoavat mielellään omia kokemuksiaan ja näkemyksiään juuri sinua askarruttaviin asioihin.



I-Tason ohjaaja- ja valmentajakoulutuksen tueksi sopivat erinomaisesti:

- **Aloittavan Ohjaajan Koulutus (AOK)**  
Saat koulutusta ja vinkkejä mm. lapsen ja nuoren fyysiseen kehittymiseen, herkkyykskausista, harjoituksen rakenteesta, jne.
- **Tekniikkakoulu (TK)**  
Perehdytään lajitekniikoihin opettamiseen ala-aloituksesta hyp-pysyöttöön, torjunnasta kenttäpuolustukseen kaatumistekniikoihin ym.

Edellä mainitut kaksi koulutusta yhdessä **I-Tason** ohjaaja- ja valmentajakoulutuksen myötä takaavat, etteivät ideat käytännön valmennustyössä löpu aivan heti kesken.

Lisätietoja koulutuksen sisällöistä ja ohjelmarungosta löydät Lentopalloliiton nettisivuilta <http://www.lentopalloliitto.fi/seurapalvelut/koulutus/i-taso/>

**Kouluttaja:** Pertti Pyykkö, [peretti.pyykko@spyder.fi](mailto:peretti.pyykko@spyder.fi)/050 588 5212.

**Koulutuksen hinta 1:** 130 €/jakso (sis. Koulutus ja koulutusmateriaalin sekä koulustilavuokrat). Jokainen vastaa majoittumisistaan ja ruokailusta itse.

**Ilmoittautuminen:** 6.8.2010 mennessä [www.lentopalloliitto.fi/seurapalvelut/koulutus/ilmoittautuminen](http://www.lentopalloliitto.fi/seurapalvelut/koulutus/ilmoittautuminen).

#### Lisätietoja:

- Pääkouluttaja Pertti Honkanen  
[peretti.honkanen@lentopalloliitto.fi](mailto:peretti.honkanen@lentopalloliitto.fi), puh. 040 7261 676.
- Koulutussuunnittelija, aluekehittäjä Pertti Kulluvaara  
[peretti.kulluvaara@lentopalloliitto.fi](mailto:peretti.kulluvaara@lentopalloliitto.fi), puh. 044 0806 605.
- Suomen Lentopalloliitto, [www.lentopalloliitto.fi/koulutus](http://www.lentopalloliitto.fi/koulutus)