



## Suomen Aikido-, Taekwondo-, Taido- ja ITF Taekwon-don yhteinen

### I-tason JUNIORIOHJAAJAKOULUTUS

7.-8.5. ja 11.12.6.2011 Tampereella.

Junioriohjaajakoulutus jakautuu neljään erilliseen koulutuspäivään, joista kolme ensimmäistä on kaikille yhteisiä osioita ja viimeinen, 4. päivä on lajiosio. Koulutus on hyvin käytännönläheinen.

**Yleisosion kouluttajana toimii Sanna Antell aikidosta ja taekwondon lajikouluttajana toimii Laura Nipuli 2.dan.**

#### Sisältö:

- lasten liikunnan ja urheilun perusteet
- yleinen liikuntakasvatus
- lasten kehitysvaiheet
- perusliikkumisen ohjaaminen
- eri fyysisten ominaisuuksien ohjaaminen
- harjoitussuunnitelman laatiminen
- pelejä ja leikkejä
- taito-ominaisuuksien harjoittaminen
- budolajeille tyypilliset urheiluvammat ja niiden ensiapu
- lajiosa

#### Aika

7.-8.5. Tampereella Nääs-hallissa ja 11.-12.6. Varalan Urheiluopistolla. Koulutus alkaa lauantaina 7.5. klo 9.00. Tarkempi aikataulu ja paikat ilmoitetaan osallistujille myöhemmin.

#### Hinta

90 euroa sisältäen junioriohjaajan oppaan sekä opetuksen. 11.-12.6. on mahdollisuus majoittua ja ruokailla Varalassa, hintatiedot ilmoitetaan myöhemmin!

#### Ilmoittautuminen

Sitovat ilmoittautumiset liiton toimistoon (tiiu.tuomi@taekwondo.fi tai 09-3481 2505) 30.4. mennessä. Ilmoittautumisen yhteydessä on mainittava osallistujien seura, nimi, ikä ja vyöarvo. Peruutukset on ilmoitettava välittömästi. Osallistumismaksu palautetaan vain hyväksyttävästä syystä kuten sairaus. Tällöin on toimitettava lääkärintodistus liiton toimistoon.

#### Vaatimukset

Voimassaoleva Taekwondoliiton lisenssi

#### Mukaan

Taekwondopuku, taekwondopassi, muistiinpanovälineet ja omat eväät (koulutukseen ei ole järjestetty ruokailua)

Lisätietoja Taekwondoliiton toimistosta!

## TERVETULOA MUKAAN!