INBJUDAN

TRÄNARUTBILDNING SKIDLÄRA 9 - 12 ÅR

EDSBYN, HÄLSINGLAND
23 JANUARI 2027

Målgrupp

Utbildningen vänder sig till dig som är, eller vill bli, tränare för barn mellan 9 - 12 år. Man får gå utbildningen från det år man fyller 15 år. När tränare i det yngre åldersspannet anmäler sig rekommenderar vi att en äldre ledare från föreningen går utbildningen samtidigt, alternativt gått tidigare, för att vara mentor och bollplank för att stötta de unga i sin nya roll som tränare.

Utbildningen behandlar *grundstadiet (9 – 12 år)* som är det andra utvecklingsstadiet i Svenska Skidförbundets utvecklingsmodell för längdskidor.

Förkunskaper

För att vara behörig att delta på utbildningen ska du ha genomfört *Grundutbildning för tränare* (RF-SISU eller SSF).

Om du inte tidigare genomfört Svenska Skidförbundets webbaserade Introduktionsutbildning för längdskidåkning behöver du göra det innan utbildningen. Här kan du läsa mer om utbildningen och hur du kommer i gång: https://www.skidor.com/idrotter/langdakning/utbildning/vara-utbildningar/introduktionsutbildningen-langskidakning

Utbildningsform och omfattning

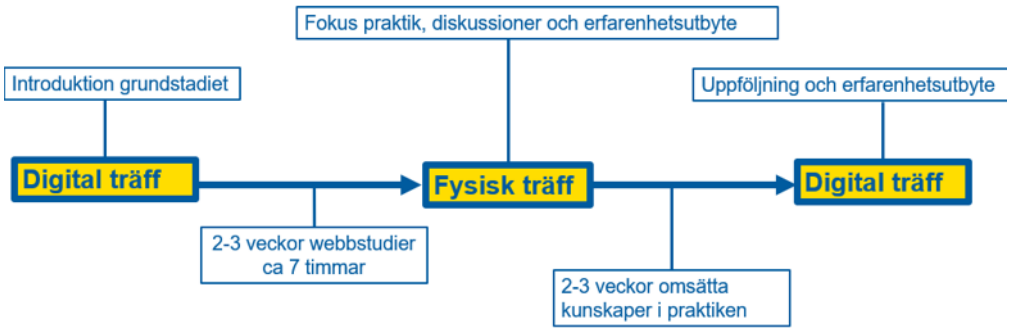
Utbildningen omfattar cirka 26 lektionstimmar á 45 min.
För att göra utbildningen mer tillgänglig för dig som tränare består den av ett varierat lärande. Egna studier via den digitala Lärplattformen kombineras med fysiska mötesplatser.

Det varierade lärandet utgörs av:

Svenska Skidförbundet
Riksskidstadion, SE-791 19 FALUN
Telefon: +46 (0)10-708 69 00
Webb: www.skidor.com

Huvudsponsor
SVENSKA SPEL

- Inledande och avslutande gemensam digital träff (webbinarieform).
- Distansstudier: egen inläsning av utbildningswebbens innehåll, kurslitteraturen samt reflektion.
- Hemuppgifter och kunskapstest, som du gör själv (eller tillsammans med andra deltagare).
- En fysisk utbildningsdag: praktisk tillämpning, dialog och erfarenhetsutbyte med andra kursdeltagare.



Utbildningens innehåll och mål

Efter genomförd utbildning ska du känna dig trygg att leda barn mellan 9 - 12 år och ha fått kunskap om:

- Barns utveckling - det holistiska perspektivet.
- Rolig och utvecklande träning och tävling
- Utveckling skidteknik - grunder, deltekniker och pedagogiska nycklar.
- Teknikutveckling på barmark och snö.
- Inkluderande ledarskap
- Att planera träningen
- Utrustning och vallning – inkludering och arbetssätt
- Mat, vila och återhämtning

Tid och plats

Del 1 - Digital träff via Teams:
Torsdag 7 januari 2027 kl. 18:00 – 19:30

Del 2 - Fysisk utbildningsdag:
Lördag 23 januari 2027 kl. 09:00 – 18:00
Edsbyns skidstadion, Kryngelvallen, Västra Hian 60, Edsbyn

Del 3 – Digital avslutningsträff via Teams:
Onsdag 3 februari 2027 kl. 18:00 – 19:30

Utbildare

Klara Logård & Sofie Mattes

Kostnad

2100 kronor. I avgiften ingår fysiskt och digitalt kursmaterial samt mat under den fysiska dagen.
Föreningar kan söka Projektstöd från SSF. Sök senast innan utbildningsstart.
https://www.skidor.com/idrotter/langdakning/utbildning/projektstod-idrottsmedel

Anmälan

Anmälan sker via Kunskapsarenan **senast 17 december**:
https://kunskapsarenan.se/skidor/utbildningar-och-produkter/produkt/tranarutbildning-skidlara-9-12-ar?event=78596

Observera att mellan 10 – 23 november är anmälan ej möjlig pga. nedstängning av RF's utbildningsdatabas.
För att logga in på Kunskapsarenan behöver du e-legitimationen Freja+. Som inloggad på Kunskapsarenan med Freja+ kan du välja faktura när du betalar. Som gäst (ej inloggad) kan du endast direktbetala med kort eller Swish.

På den här sidan kan du läsa om hur du skaffar Freja+:

https://kunskapsarenan.se/sa-skaffar-du-freja

Kallelse med program skickas via e-post cirka 1–2 veckor innan kursstart.

Betalning

Via faktura från Svenska Skidförbundet.

Frågor

Frågor om utbildningen:
Klara Logård, 073-047 10 23. Klara.logard@hotmail.se

Välkommen!