

Velkommen til trenerkurs 14.-15. november 2009.

Hvor og når:

Njårdhallen i Oslo, 14.-15. november .

Vi starter på lørdag kl 12 og er ferdige på søndag ca. kl 14.

Trenersamlingen foregår under NIC som arrangeres på Bygdø i Oslo.

Søndagen vil vi få se mange gode kamper og ha analyseoppgaver som en del av samlingen. Vi kommer til å benytte elever ved de tre badmintongymnasene vi har på Otta, i Sandefjord og i Oslo. Disse skal være objekter på trenersamlingen.

Tema:

Double og mix

Formål

- få bedre forståelse for spillene
- fokus på serv og den viktige 1. 2. og 3. ballen
- Taktikk for double og mix
- Øvelser for double og mix

Vi vil se nærmere på:

- a. Serve og
- b. Servemottak
- c. Offensive og defensive soner
- d. Bevegelse, fotarbeid – offensiv – defensiv

Deltakere:

NBF inviterer alle trenere som har faste treneroppdrag i norske klubber til å delta på kurset.

Hvem holder kurset:

Johnny Askevig skal holde kurset for oss.

Johnny er utdannet Elitetræner i dansk badminton forbund hvor han har reist med det danske senior landslag

Cheftræner i bl.a Greve strand og Solrød Strand

Landsholdstræner for det danske U15 , U19 samt U22 landshold.

Team danmark center træner i Brøndby

Team danmark Gymnasietræner i københavn

Ansatt i 4 år som konsulent i DBF med treneruddannelse som speciale

Ta med treningstøy!

Vi oppfordrer alle klubber til å melde på til dette kurset/seminaret

Påmeldingsfrist: 2. november

Påmelding skjer til IUK v/ leder Trond Topstad på mail : ttopstad@online.no

Overnatting:

Deltakere ordner med overnatting selv.

Vi har plass til noen på Olympiatoppen. Det er dobbeltrom, pris 250,- pr. person pr. natt. Bestill via forbundskontoret, oppgi om du vil ha overnatting fra fredag eller lørdag. Frøst til mølla prinsippet gjelder.

Benytt gjerne Thon hotel som er NBF ´s samarbeidspartner. Via NBFs hjemmeside, eller <http://www.thonhotels.no/>

Kode: TA87826, ved web-bestilling

Kode: FFABAD, ved telefonbestilling

Økonomi:

Kursavgift 250,-

Reiseutgifter, (etter reise på billigste måte) utover kr 500,- dekkes av NBF.