

INVITASJON TIL COACH SEMINAR

1-2 JUNI I OSLO



Ifm landslagssamling ønsker vi å innkalle coacher fra klubber til å delta på et inspirerende coach seminar.
Vår ambisjon er å øke kunnskap og å styrke vårt miljø. Vi har satt sammen et foreløpig program.

Felipe, Daimí, Gianpaolo

1 juni

15:00 - 17:00 - Økt på Bjølsenhallen (Point eller Full)
18:00 - 21:00 - Coach samling Olympiatoppen

2 juni

09:00 - 11:00 - Økt på Bjølsenhallen
11:30 - 12:30 - Lunsj på Olympiatoppen
13:00 - 15:00 - Coach samling Olympiatoppen

Foreløpig innhold

Prestasjonsmiljø:

- Viktige prinsipper i prestasjonsmiljø. Inspirasjon fra Tore Øvrebø, Leder for Olympiatoppen

Landslagssystemet:

- Hva kreves? (Landslag)
- Kvalifisering til mesterskap (Landslag)
- Internasjonal deltagelse: Hva delta på og hvordan kan vi jobbe sammen (Landslag)
- Strategiplan fullkontakt og pointfighting 2 - 4 år (Landslag)
- Forbundets plan for andre grener (Landslag)
- Sportskoordinator rolle (Landslag)

Faglig påfyll:

- Treningsdagbok og talentprosjekt (Stein Eriksen)
- Styrkeprogram og intervall programmer (Felipe og Stein)
- Kostholds praksis (Anette Sexe)
- Coach psykologi (Olympiatoppen)
- Om WAKO og kickboxing internasjonalt (Espen Lund)

Praksis (i Bjølsenhallen):

- Delta på to økter fullkontakt og to økter i pointfighting

Avslutning:

- Kommunikasjon mellom klubber og mellom klubber og Landslagsledelse
- Oppsummering og hva nå? – Nytt seminar om 6-8 måneder?



Registrer deg ved mail til sportskoordinator@kickboxing.no

Maks 2 coacher per klubb.

Frist for påmelding er **21 mai**.

Ved påmelding vær vennlig skriv om dere trenger overnatting så vil NKBF finne et passende sted til en god pris.

Vi trenger også navn på den/de som skal delta fra din klubb