



DaBU Trænerkursus T3 15.-18. oktober 2020

Sted: OBS nyt:

DaBU Boksekraftcenter, BK Wedala, Spinderigade 11D, 7100 Vejle.

Varighed: 4 dage.

Tidspunkt:

Torsdag den 15. oktober kl. 17.00 til søndag den 18. oktober k. 15.00.

Optagelseskrav:

Skal have gennemført tidligere niveau 2 eller nuværende T2 og er kampholdstræner for U-17 U-19 / Elite bokser, som deltager til ordinære mesterskaber.

Skal være sekundant ved 3 kampe, som skal overvåges af instruktør/landstræner

Indhold:

- gennemgang af AIBA/DaBU og kampsports cirkulærer.
- hvilket ansvar har jeg som chef træner/ ass. træner.
- hvordan samles det perfekte træner team, og hvad indebærer det at være med på øverste hylde i en klub (chef træner – bestyrelse – forgangsbillede).
- hvordan bliver man AIBA 1 star uddannet.
- gennemgang af hvordan man laver en træningsplan – sæson plan.
- mental træning (uddannet coach fra DIF).
- cardio-træning (løbetræner).
- styrketræning hvad skal man træne som bokser (foregår i et motionscenter).
- pulstræningsniveauer (uddannet instruktør).
- mobilitetstræning (yogainstruktør)
- være sidedommer ved 10-15 kampe ved boksestævne (sorte bukser og hvid skjorte påkrævet).
- Gennemgang af de 3 kampe, som blev overvåget.

Dette kursus på højt niveau og det er kun uddannede interne/eksterne instruktører, som bliver indkaldt til at undervise. Udvælgelse af deltagere bliver fortaget af instruktør og landstræner.

Tilmelding:

Skriftlig ansøgning mailes til DaBU på e-mail: kursus@dabu.dk

Ansøgningen skal indeholde deltagers navn, klub, alder, adresse, telefonnummer, mailadresse, samt hvilke kamphold du træner og hvor længe, du har gjort det.

Tilmeldingsfrist:

Ansøgningen skal være DaBU i hænde **senest 14. august 2020.**

Svar: Umiddelbart efter tilmeldingsfristens udløb.

Kursusgebyr

Kr. 5.500 pr. deltager.

Overnatning, fuld forplejning, kursusmaterialer samt diplom er indeholdt i prisen.

Betaling:

Ved tilsagn om optagelse fremsendes faktura på kursusgebyr.

Deltagelse kan først finde sted, når kursusgebyret er registreret på DaBUs konto.

Transport:

For egen regning.

Afbud:

Ved afbud senere end 7 dage før kursusstart betales 50 % af kursusgebyret. Faktura fremsendes af DaBU.