

Móttökunámskeið 2 í hópfimleikum

Sunnudaginn 29. janúar fer fram Móttökunámskeið 2 í hópfimleikum.

- Ætlast er til að þjálfarar sem sækja þetta námskeið séu búnir að taka móttökunámskeið 1 og öll sérgreinánámskeið FSÍ á fyrsta stigi.
- Námskeiðið er framhald af móttökunámskeiði 1. Farið er yfir móttökutækni í flóknari æfingum sem kenndar eru á dýnu og trampólíni í hópfimleikum.
- Á dýnu verður farið í araba – flikk – straight með skrúfum og tvöfalt heljarstökk.
- Á trampólíni, tvöföld heljarstökk með snúningum, yfirlag framheljar og TSU á hesti.
- **Þátttakendur eru beðnir um að mæta með 2-3 nemendur á námskeiðið til að sýna og æfa móttökur.**
- Námskeiðinu lýkur með verklegu prófi á báðum áhöldum sem fer fram 6-8 vikum eftir námskeiðið.
- Námskeiðið fer fram í fimleikahúsinu á Akranesi kl. 10:00 – 15:00.
- Kennari á námskeiðinu er Kristinn Þór Guðlaugsson.
- Lágmarksfjöldi á námskeiðið er 12 manns.
- Námskeiðisgjald er 10.000 kr.
- Opið er fyrir skráningu í leyfiskerfi FSÍ og lokast skráning **þriðjudaginn 24. janúar kl. 23:59**. Eftir þann tíma reiknast seinskráningargjald sem er eitt og hálft námskeiðsgjald.

Helga Svana Ólafsdóttir,
fræðslustjóri.