

Þjálfaranámskeið FSÍ

Þjálfari 1B

Sunnudaginn 11. janúar verður haldið þjálfaranámskeið 1B á vegum Fimleikasambandsins. Námskeiðið er ætlað þeim þjálfurum sem hafa lokið þjálfara 1A og eru að stíga sín fyrstu skref í þjálfun undir handleiðslu reyndari þjálfara.

- **Fyrirlestrar í Canvas:**
 - Skipulag þjálfunar
 - Siðfræði og samskipti
 - Líkamsbeiting og móttaka

Ljúka þarf öllum fyrirlestrum og verkefnum áður en mætt er í verklega tíma. Sé það ekki gert má ekki mæta í verklega tímann.

- **Verklegir tímar:**
 - Rá og rimlar
 - Stökk á bretti
 - Grunnur í dansi 1
 - Líkamsbeiting og móttaka

Nánari dagskrá og staðsetning kemur þegar nær dregur.

Skráning er opin í þjónustugátt FSÍ til 18. desember, skráning lokar kl.23:59 þann dag.

Lágmarksskráning er 15 manns.

Námskeiðisgjald er 17.000 kr.