# Þjálfaranámskeið FSÍ

## Þjálfari 1A

Laugardaginn 12. september verður haldið Þjálfaranámskeið 1A á vegum Fimleikasambandsins. Námskeiðið er ætlað þeim þjálfurum sem eru að stíga sín fyrstu skerf í þjálfun undir handleiðslu reyndari þjálfara.

- **Fyrirlestrar í Canvas:**
  - Hlutverk aðstoðarþjálfara
  - Samskipti við börn
  - Fimleikagreinar
  - Fræðslukerfi FSÍ
  - Öryggisþættir í fimleikasal

**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:**
  - Grunnstöður
  - Grunnæfingar á gólfi 1
  - Grunnæfingar á slá 1
  - Upphitun og leikir grunnhópa
  - Stórt trampólín 1

Nánari dagskrá og staðsetning kemur þegar nær dregur.

Skráning er opin í þjónustugátt FSÍ til 2. september, skráning lokar kl.23:59 þann dag.

Lágmarksskráning er 15 manns.

Námskeiðisgjald er 17.000 kr.