Þjálfaranámskeið FSÍ

Þjálfari 2A

Dagana 26. - 27. september verður haldið Þjálfaranámskeið 2A á vegum Fimleikasambandsins.

- **Fyrirlestrar í Canvas**:
  - Þjálffræði – Kennslufræði
  - Fimleikasýningar
  - Félagsþroski
  - Lítið trampólín

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

- **Allar greinar saman**: Upphitun, þrek og teygjur, stórt trampólín og grunnæfingar á gólfi.

- **Áhaldafimleikar KK**: Grunnæfingar á KK áhöldum.

- **Áhaldafimleikar KVK**: Grunnur á slá og grunnur í dansi (með HÓP).

- **Hópfimleikar**: Lítið trampólín og grunnur í dansi (með ÁH).

Nánari dagskrá og staðsetning kemur þegar nær dregur.

Skráning er opin í þjónustugátt FSÍ til 16. september, skráning lokar kl.23:59 þann dag.

Lágmarksskráning er 15 manns.

Námskeiðsgjald er 22.000 kr.