



Tarkkuuslajit (ammunta, curling, jousiammunta ja keilailu) jatkavat yhteistyötä valmentajakoulutuksessa. Lajit järjestävät perinteisen yhteisen 1-tason valmentajakoulutuksen syksyllä 2017. Koulutus sisältää yhteensä kolme lähijaksoa (pe-su), joista kaksi on yleisjaksoa ja kolmas toteutetaan lajikohtaisesti erillisenä. Koulutus sisältää lähijaksojen lisäksi oppimistehtäviä.



# Tarkkuuslajien yhteinen 1-tason valmentajakoulutus

## Aikataulut ja koulutusten sisällöt

**Urheilijan harjoittelun perusteet**  
(1. viikonloppu 19 t)  
15.–17.9.2017 Kuortane

- Psyykinen valmennus
- Oppiminen ja opettaminen
- Lasten ja nuorten kehitys sekä harjoittelu
- Fyysinen harjoittelu
- Harjoittelun suunnittelu

Kurssikirja  
**LASTEN JA NUORTEN  
HYVÄ HARJOITTELU**  
hintaan 32 € + postikulut.  
Kirja laskutetaan 1.  
koulutusjakson  
yhteydessä.

**Valmentaminen ja oppiminen**  
(2. viikonloppu 19 t)  
20–22.10.2017 Kisakallio

- Valmentajan ominaisuudet
- Valmentaminen
- Opettaminen ja oppiminen
- Biomekaniikka pähkinänkuoressa
- Taitojen opettaminen

**Lajitaitojen oppimisen perusteet**  
(3. viikonloppu lajikohtaisesti)

- **Keilailu:** 17.–19.11. Kuortane
- **Ammunta:** 10.–12.11. Kisakallio
- **Jousiammunta:** 25.–26.11. Kuortane
- **Curling:** ilmoitetaan myöhemmin

## Koulutuksen hinta

Koulutuksen hinta on **245 euroa/jakso** sisältäen koulutuksen ja majoituksen täysihoidolla (2 hh).

## Ilmoittautumiset

Mukaan mahtuu kaikista tarkkuuslajeista enintään 15 valmentajaa/tarkkuuslaji ja paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Mikäli osallistujia tulee yli kiintiön, lajiliitot valitsevat osallistujat.

## Ilmoittautumiset 15.8.2017 mennessä:

Kaikkien lajien ilmoittautumiset suoritetaan kootusti internetissä osoitteessa  
<https://goo.gl/forms/dsEh8GR0a4b3BP0N2>



SUOMEN  
KEILAILULIITTO