

VALMENTAJA- JA OHJAAJA- KOULUTUKSEN (VOK) SUPER- VIIKONLOPPU KOKO SUOMESSA

Liikunnan aluejärjestöt järjestävät VOK I tason yhteiset teemakoulutukset kahtena viikonloppuna kaikilla Liikunnan aluejärjestöjen alueille Suomessa. Voit osallistua koko viikonloppun koulutukseen, yhden päivän koulutukseen tai vain yhteen teemakoulutukseen.

VOK Superviikonloppujen aikataulut 2014

1. VIIKONLOPPU 4.-6.4.2014

Perjantai 4.4.

Kannustava valmentaja ja ohjaaja (3h)

Lauantai 5.4.

Liikunnallinen elämäntapa (3 h)
Harjoittelun suunnittelu ja arviointi (3h)
Psyykkiset ja sosiaaliset ominaisuudet
harjoittelussa (2 h)

Sunnuntai 6.4.

Oppiminen ja opettaminen
harjoitustilanteessa (3h)
Taitoharjoittelu (3 h)
Tunne ja vuorovaikutustaidot
valmennuksessa (2 h)

2. VIIKONLOPPU 31.10.-2.11.2014

Perjantai 31.10.

Ihmisen elinjärjestelmät ja harjoittelu (3 h)

Lauantai 1.11.

Kasvua ja kehitystä tukeva harjoittelu (2 h)
Valmentajana ja ohjaajana kehittyminen (2 h)
Herkkyykskausien huomiointi harjoittelussa (4 h)

Sunnuntai 2.11.

Fyysinen harjoittelu: voima, nopeus, kestävyys
ja liikkuvuus (7 h)

Osallistumalla kaikkiin koulutuksiin saat suoritettua I tason yleisopinnot kokonaisuudessa.

Hinta: 140 € /koko viikonloppu/osallistuja, mikäli osallistuu vain osittain viikonloppun koulutuksiin hinnat ovat seuraavat:

2-3 h: 26 €/osallistuja, 4-6 h: 48 €/osallistuja
ja 7-9 h: 68 €/osallistuja

Superviikonloppun paikkakunnat:

Helsinki, Joensuu, Jyväskylä, Kaarina, Kokkola, Kouvola, Kuopio, Lahti, Lappeenranta, Mikkeli, Oulu, Pori, Rovaniemi, Seinäjoki, Sotkamo ja Tampere

HUOM! Ilmoittautuminen koulutuksiin tapahtuu Liikunnan aluejärjestöjen nettisivujen kautta viimeistään kaksi viikkoa ennen koulutusten alkua.. Koulutusten alkamisajat ja tarkemmat paikat selviävät alueiden sivulta.

<http://www.sport.fi/etusivu/aluejarjestot>