

Västergötlands Bowlingförbund inbjuder till

TUG – Tränar Utbildning Grund

Lidköping, 6 augusti 2022

Västergötlands Bowlingförbund inbjuder till Tränar Utbildning Grund (TUG) i Lidköping den 6 augusti 2022.

Det gamla DTU-materialet har moderniserats och TUG är den första och mest grundläggande utbildningen för dig som vill bli tränare.

Utbildningen riktar sig till intresserade herrar och damer, oavsett ålder, som vill ta första steget mot att bli tränare och lära sig de grundläggande kunskaperna. Inga förkunskaper behövs.

Ansvariga instruktörer för utbildningen är Susanne Jonasson, Västergötland och Eva Larsson, Småland.

Antalet platser för utbildningen är begränsat till 20. Västergötlands Bowlingförbund förbehåller sig rätten att ställa in utbildningen vid för få anmälda deltagare.

Ramschema – Tränar Utbildning Grund (TUG)

09:00-09:20	Välkomna, presentation och programgenomgång
09:20-09:40	Förändring nya materialet, Backspegel
09:45-11:30	På banorna: Ny bowlingteknik – Ansats, stegmönster – swing/tajming
11:30-11:50	Sikte/släppteknik
12:00-12:45	Lunch
12:45-13:00	Teori – Spärrspel
13:00-13:45	På banorna: - Spärrspel
13:45-14:30	Sammansatt ansats (uppställning, ansats, släpp och spärr)
14:40-15:30	Teknikträning (stationsträning)
15:30-16:15	Önskemål av repetitioner
16:20-16:45	Teori: - Fys, kost och hälsa
16:45-17:00	Reflektion, kursutvärdering, frågestund – erfarenhetsutbyte

Tidpunkt

Lördagen den 6 augusti 2022 09:00-17:00

Plats

Lidköpings Bowlinghall
Kinnegatan 15, 531 32 Lidköping

Avgift

300 kronor inklusive lunch

Avgiften inbetalas till Västergötlands Bowlingförbunds bankgiro 331-5744. Avgiften skall vara oss tillhanda innan utbildningens start. Märk inbetalningen med "TUG" följt av ditt namn.

Anmälan

Anmälan till vastergotland@swebowl.se

Vänligen ange ditt namn, kontaktuppgifter och eventuella allergier/specialkost. Anmälan är bindande.

Sista anmälningsdag är 31 juli 2022.

Vill du ha mer information eller har frågor om utbildningen?

Vänligen kontakta Fatima Carlsson på

fatima.carlsson@swebowl.se.

Välkommen med din anmälan!

