

Husk at noterer vores idrætskonference på Kollekolle fra fredag den 22. nov. kl. 17.00 til lørdag den 23. nov. kl. 12.00

I bedes venligst videresende denne mail til alle jeres mange idrætsforeninger.

Tilskuddet til vores idrætskurser fortsætter, så vi tilbyder alle idrætsledere, trænere, holdledere mf. i Region Hovedstaden gratis deltagelse i nedenstående kurser.

Læs mere om kurserne på www.kaisport.dk/kursusoversigt/ hvor du også kan tilmelde dig.

Videresend venligst tilbuddet til trænere og lederkollegaer i din forening mf..

Denne mail er sendt uopfordret til alle idrætsledere i klubberne i de tilknyttede kommuner.

Hvis du returnerer mailen sletter vi dig fra forsendelseslisten.

1. Fremtidens bestyrelsesarbejde, 3 timer, KAI-kursus.

Onsdag den 23. okt. kl. 19.00 til 22.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

2. Sportspsykologi – præstationsangst, ubehag og spændingsregulering, 3 timer **NYT**

Torsdag den 24. okt. kl. 19.00 til 22.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

3. Idrætsmassage, 11 timer, KAI-kursus.

Lørdag den 26. okt. kl. 8.30 til ca. 19.00.

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

4. Ernæring - træning, 3 timer, tidl. DIF-kursus

Mandag den 28. okt. 19.00 til 22.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

5. Relations ledelse, hvordan skaber vi bedre ledelse? 3 timer. KAI-kursus,

Tirsdag 29. okt. 19.00 til 22.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

6. Trænerrollen, når den er bedst. 5 timer, tidl. DIF – kursus. **NYT**

Lørdag den 2. nov.. Kl. 10.00 -15.00.

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

7. Styrketræning for børn og unge, som supplerende træning, -

hvornår, hvordan og hvor meget. 4 timer, KAI-kursus, **NYT**

Søndag den 3. nov. kl. 10.00 til 14.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev

8. Takling af mangfoldighed inden for sportens verden. 3 timer. KAI-kursus, **NYT**

Tirsdag 5. nov. 19.00 til 22.00

Kursussted: Badmintonhallen, 1 sal NV lokalet, Gladsaxe Vej 200, 2860 Søborg

9. Få flere deltagere og medlemmer - Workshop om rekruttering

Tirsdag den 5. nov. kl. 19.00 til 22.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

10. Stressreduktion med hjertekohærens. Sådan nedsætter du stressniveauet i idrætsliv, privatliv og i arbejdes- og studieliv. 3 timer

Onsdag den 6. nov. kl. 19.00 til 22.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

11. Førstehjælp opfølgning med erfa-udveksling. 3,5. timers, KAI-kursus **NYT**

Torsdag den 7. nov. kl. 18.30 til 22.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev

12. Førstehjælp med erfa-udveksling, 6 timer, KAI-kursus,

Søndag 10. nov. kl. 9.00 til 15.00

Kursussted: Blovstrødhallen, Sortemosevej 20, 3450 Allerød.

13. Stressforebyggelse. Motions indvirkning på- og forebyggelse af stress, 3 t, KAI-kursus.

Mandag 11 nov. 19.00 til 22.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

14. The Iceman – lær at flytte dine grænser, hvor tryghed er det bærende element. 3 timer.

Tirsdag 12. nov. kl. 19.00 til 22.00.

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Hovedgade 92, 2730 Herlev.

15. Idrætsskader - nej tak, 3 timer, tidl. DIF-kursu.

Onsdag den 13. nov. kl. 19.00 - 22.00.

Kursussted: Blovstrødhallen, Sortemosevej 20, 3450 Allerød.

16. Personlig udvikling som idrætstræner/ leder, 8 timer, KAI-kursus.

Lørdag den 16. nov. kl. 9.00 til 17.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

17. Førstehjælp, tilpasset, sø og vandsport, 8 timer, KAI-kursus.

Søndag den 17. nov. kl. 9.00 til 17.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

18. Sportspsykologi - værdibaseret træning og træningsmiljø. 3t. KAI- kursus. **NYT**

Mandag 18. nov. kl. 19.00 til 22.00.-

Kursussted: Lyngby Idrætsby, indgang ved svømmehal, Lundtoftevej 53, 2800 Lyngby

19. Kom stærkt videre efter skader, stress og traume, 3 timer, KAI-kursus.

Mandag den 18. nov. kl. 19.00 til 22.00.

Kursussted: Værløse

20. Organisering og motivation af frivillige, 3 timer, KAI Kursus

Tirsdag den 19. nov. kl. 19.00 til 22.00

Kursussted: Badmintonhallen, 1 sal NV lokalet, Gladsaxe Vej 200 , 2860 Søborg

21. Talenttræning. Hvad er et talent og hvordan skabes der gode rammer for talenttræning med børn og unge. 3,5 timer, KAI-kursus. **NYT**

Onsdag 20. nov. kl. 18.30 til ca. 22.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

22. Bestyrelsens ansvar, de formelle regler og pligter, forsikringer mm, 2½ timer, KAI-kursus.

Torsdag den 21. nov. kl. 19.00 til 21.30.

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev

23. Idrætsmassage, 11 timer, KAI-kursus.

Søndag den 24. nov. kl. 8.30 til ca. 20.00.

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

24. Ernæring - træning, 3 timer, tidl. DIF-kursus

Mandag den 25. nov. 19.00 til 22.00

Kursussted: Rødovre Hallen, Rødovre Parkvej 425, 2610 Rødovre.

25. The Iceman – lær at flytte dine grænser, hvor tryghed er det bærende element. 3 timer.

Tirsdag 26. nov. kl. 19.00 til 22.00.

Kursussted: Blovstrødhallen, Sortemosevej 20, 3450 Allerød.

26. Skab det gode træningsmiljø. KAI-kursus, 3 timer. **NYT**

Onsdag 27. nov. kl. 19.00 til 22.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev

27. Styrketræning for ældre. 3 timer

Torsdag 28. kl. 19.00 til 22.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev

28. Førstehjælp, 6 timer, KAI-kursus, 6 timer, KAI-kursus.

Søndag 1. dec. kl. 9.00 til 15.00

Kursussted: Herlev Gamle Skole, Herlev Bygade 92, 2730 Herlev.

29 Effektiv ledelse af frivillige, 3 timer, KAI-kursus.

Tirsdag 3. dec. Kl. 19.00 til 22.00.

Kursussted: Blovstrødhallen, Sortemosevej 20, 3450 Allerød.

Med venlig hilsen

Jan Mogensen, formand, Idrætsråd Region Hovedstaden

Elverhøjen 5

2730 Herlev

jan@kaisport.dk

