

# Tränarfortbildning: Hjälptränarrollen

**Vem:** Alla som arbetar som hjälptränare samt naturligtvis huvudtränarna och dagtränarna som ju ska utbilda hjälptränarna!

**När:** Tisdag, 27 mars, kl. 20.15-c a 20.45

## Hjälptränarrollen i Judo Sundsvall

Hjälptränarrollen i Judo Sundsvall är lite annorlunda än i många andra judoklubbar.

Oftast är hjälptränarens roll mest att vara "kastdocka", att hålla ordning på gruppen och att gå runt och hjälpa eleverna.

Hos oss är man från första början med och ska själv visa tekniker!

I många klubbar har man efter 1 år som hjälptränare knappt haft någon instruktion (med undantag för nån uppvärmning och kanske nån avslutning).

Hos oss börjar man direkt och lär sig att står framför en grupp och visa teknik och sedan ge individuell hjälp till de övande.

Det betyder att man, om man så småningom ska ta över en egen grupp, har gjort detta "jobbet" under längre tid och känner sig säkrare.

Naturligtvis har man även lita andra uppgifter som vi kommer att prata om.