

Praktisk info Trener/lederkonferansen 2016



Sted

Thon Hotel Arena, Nesgata 1, 2004 Lillestrøm.

Registrering

Det vil være mulig å registrere seg fra fredag kl 09.30. Du registrerer deg på NSF's stand.

Ankomst og parkering

- For de som kommer med bil er det parkering mot avgift, på hotellets parkering eller Varemessen.
- 12 minutter med tog fra Gardermoen og Oslo sentrum.
- Se mer info på websiden til hotellet:
<http://www.thonhotels.no/hoteller/land/norge/lillestrom/thon-hotel-arena/>

Program og tidsskjema

- Konferansen åpnes fredag kl 17.30 og avsluttes med lunsj søndag kl 13.00-14.00
- Link til program: <http://svomming.no/wp-content/uploads/2016/08/Program-A4-til-web.pdf>

Stuptrenere

- Husk treningstøy til basistreningen med Anna.

Oppvarmingsseminar

- Fredag kl 10-15 er det oppvarmingsseminar i Småbarnssvømming eller Open Water i klubb for de som har meldt seg på. Det blir servert lunsj.
- Link til program: <http://svomming.no/wp-content/uploads/2016/08/Program-oppvarmingsseminar-2016-1.pdf>

Ekstratilbud fredag før konferansen starter

Kl 15.00-17.00: «Introduksjonskurs i bruk av tryggivann.no». Dette passer for deg som er helt fersk i bruk av tryggivann.no, enten du akkurat har startet eller skal i gang i løpet av høsten, uansett stup-, synkron-, svømme- eller minipolokole. NB! Deltakere bør ha med egen PC/Mac (en del funksjoner fungerer ikke på iPad/nettbrett). Det er fortsatt mulig å delta! Bare å møte opp.

Kl 15.00-17.00: Samling for trenere, ledere og styremedlemmer i klubber med landslagsutøvere i svømming. Åpent også for andre interesserte.

Kl 16.00-17.00: «Introduksjon til Norsk svømming». Anbefales for de som er med på sin første konferanse eller for de som ønsker å få bedre innblikk i hvordan norsk svømming er bygd opp og fungerer. Gir et godt bakteppe for konferansens innhold. Det er fortsatt mulig å delta! Bare å møte opp.

Hvor er foredragene?

- Alle fellesforedrag holdes i Norgessalen
- Trener stup: Oslo 1
- Trener svømming: Sør-Norge
- Lederkonferansen: Nord-Norge
- Nettverk dommerinstruktører: Oslo 2

- Oppvarmingsseminar Småbarn: Romerike
- Oppvarmingsseminar Open Water i klubb: Rogaland
- Ekstratilbud Intro til tryggivann.no: Rogaland
- Ekstratilbud Intro til Norsk svømming: Romerike
- Samling for klubber med landslagssvømmere: Akershus
- Møte for stupklubber med stuputvalget: Buskerud

Kultur på forelesning

- Vi ber om at alle er på plass i god tid før hvert foredrag, slik at vi kan overholde programtidene.
- Mobiltelefoner SKAL være avslått/lydløs under forelesningene.
- Presentasjoner legges tilgjengelig på www.svomming.no så snart som mulig etter konferansen.
- For at konferansen skal bli best mulig er vi avhengig av at alle bidrar i diskusjoner.
- Husk at store klubber kan lære av de små og små kan lære av de store. De store har en gang vært små.

Mat og drikke

	Fredag	Lørdag	Søndag
Frokost	(06.30-10.00**)	07.00-10.00	07.00-10.00
Lunsj	(11.30-12.30*)	13.00-14.00	13.00-14.00
Middag	20.00-	19.30-	

* For de som har opplegg på dagen fredag. **For de som overnatter torsdag-fredag.

- Alle måltider inntas i hovedrestauranten i 2. etasje, med unntak av festmiddagen lørdag som serveres i Norgessalen.
- Det serveres kaffe, te og vann underveis hele helgen, samt noe pauseservering.
- All drikke til maten må den enkelte betale for selv.

Festmiddag lørdag kveld

- Lørdag kveld er det festmiddag i Norgessalen
- Ta gjerne på pent antrekk
- Under middagen deles det ut priser

Treningsmuligheter

- Hotellet har treningsrom og et lite basseng
- Det er fine muligheter for å jogge en tur mellom foredrag og middag

Utsjekk

- Utsjekk er senest kl 12.00 søndag. Vi oppfordrer til å sjekke ut så tidlig som mulig for at vi skal unngå for lang kø i resepsjonen.
- Hotellet tilbyr sen utsjekk frem til kl. 18.00, hvis ledig kapasitet. Dette MÅ avtales i resepsjonen ved innsjekk.

Retningslinjer om alkohol

Aktiviteter i regi av Svømmeforbundet sentralt og våre klubber lokalt skal representere et trygt idrettsmiljø. NSF har utarbeidet egne retningslinjer for alkohol. Vi oppfordrer til måtehold. Disse finnes på <http://svomming.no/forbundet/klubbdrift/organisasjon/retningslinjer-for-klubbdrift/>

Deltakerlister

Du finner oversikt over alle deltakere på <http://svømming.no/forbundet/konferanser-og-arrangementer/trenerlederkonferansen/>

Betaling for konferansen

- Faktura for konferansen, inkl. overnatting og mat, sendes ut til den enkelte klubb/krets/privatperson (ut fra opplysninger gitt i påmeldingen).
- Alle må selv gjøre opp overfor hotellet for minibar, pay-tv, telefon og andre regninger som settes på rommet.

Stands på konferansen (hele eller deler av helgen):

- Norges Svømmeforbund: Her kan du bestille litteratur til konferansepris, og kjøpe NSF's konferanseveske (kr 250). Betaling med kort.
- Klubben AS
- Antidoping Norge
- Indre Østfold Reisebyrå AS

Evaluering og tilbakemeldinger

Evaluerings skjema blir sendt alle deltakere rett etter konferansen. Vi håper alle tar seg tid til å svare og komme med forslag på hvordan vi bygger veien videre i forhold til styrking av kompetansen i klubbene i norsk svømming.

Spørsmål?

Ta kontakt med Caroline Brinchmann på caroline@svømming.no eller 4725 0336.

Vi ønsker dere en fin konferanse!

Hilsen

Norges Svømmeforbund