

TJUJVSTART KOMPETANSEHELGA 2018						
F	Tjujvstart	Klubbveiledersamling	Tryggvann grunnleggende nivå	Tryggvann videregående nivå	Økonomistyrings-kurs	Open Water Arrangementseminar
R	Møterom	Harstad	Trondheim	Tromsø	Bergen	Lillehammer
E	Foredrag	NSF	Rune Larsen	Anette Fosby	Tone Holm	Open Water utvalget
D	16:30 - 17:30	Registrering + en liten matbit		Program fra kl 17	Registrering + en liten matbit	
A	17:30 - 17:45	Program	Intro NSS og TIV	Intro NSS og TIV	Program	Program
G	17:45 - 19:45	Program	Program	Program	Program til kl 20	Program
	20:00	Middag	Middag	Middag	Middag	Middag

Thon Hotel Oslo Airport
20. - 22. april

PROGRAM KOMPETANSEHELGA 2018									
Forum	Hovedinstruktører	Svømmeskoleansvarlige	Minipoloansvarlige	Stupskoleansvarlige	Synkron	Hovedtrenere	Klubbledelse	Trener 3 svømming	Forum
Møterom	Paris	Oslo	Harstad	Trondheim	Bergen	Tromsø	Kepler	Kristiansand	Møterom
Ansvarlig	Astri Alves	Jan Kjensli	Sverre Fjermestad	Stuputvalget	Synkronutvalget	Tore de Faveri	Hanne-Guri Arnesen	Kay-Arild Paulsen, Johan Setterberg	Ansvarlig
10:30	Registrering							Program kl. 09:00 - 13:00	10:30
11:30	Felles åpning v/ NSF								11:30
	Seksuell trakassering v/Håvard Øvregård i NIF								
	Klubbpresentasjon: Sørumsand IF								
13:00	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	13:00
L Ø R D A G	14:00-14:45 Hvordan skape klubbtilhørighet som hovedinstruktør? Caroline Brinchmann, LSVK	14:00-14:45 Småbarnssvømming, hvordan komme i gang Christin Kjosmoen	14:00-14:45: Erfaringer av bruk med Minipolo i klubb v/Sverre Fjermestad	14:00-14:45: Erfaringer av bruk av Norges Stupskole og organisering i basseng v/klubber	14:00-15:00: Erfaringer ved bruk av Norges Synkronskole v/Ellen Beck i Synkronutvalget	Planlegging av makro- og mesosyklus: hva, hvorfor, hvordan v/Kay-Arild Paulsen og Johan Setterberg	14:00 - 15:15: Seksuell trakassering - Hvilke tiltak bør gjøres i klubb for å forhindre? v/ NSF	14:00 - 18:00	
	15:00-15:45 Para svømmedrett - kommunikasjon v/ Christin Kjosmoen	15:00-15:45 Småbarnssvømming for barnehagebarn Rune Larsen/ Marcel Rosenberg	14.45-15.45: Organisering i basseng v/Sverre Fjermestad	14.45-15.45: Tørrtrening i stupskolen – muligheter, utfordringer og sikkerhet v/Paul Joachim Bloch Thorsen	15:15-18:00: Gjennomgang av nye FINA figurer v/Anniken Heiland i Synkronutvalget		15:30 - 16:45: Forsikringer v/ NSF, Idrettens Helsecenter, Lambertseter Svømmeklub		
	16:00-18:00: Adferdsdiagnoser og skjulte diagnoser - hvordan jobbe med dette i praksis som instruktør? v/Paul Joachim Bloch Thorsen	16:00-16:45 Sosialt entreprenørskap Christina Dyngeland Kjellid	16:00-16:45: Regler og skape fair play i Minipolo og vannpolo v/Sverre Fjermestad	16:00-16:45: Stupkonkurransen for de yngste v/ Stupeklubben Spinn	Planlegging og gjennomføring av relevante tester i svømming v/Kay-Arild Paulsen og Johan Setterberg	17:00-18:00: Overgang opplæring-trening. Bygge klubbtilhørighet v/ NSF			
20:00	Middag	Middag	Middag	Middag		Middag	Middag	Middag	20:00
S Ø N D A G	09:00-11:00: Hvordan skape engasjement og kvalitet, og hvordan beholde og motivere gode instruktører Caroline Brinchmann/Ingvild Eknes				09:00-10:15: Presentasjon av konkurransetigen og konkurranser i praksis v/Ingeborg Ljødal	Trenernes trener - coachenes coach - hovedtreneren som teamleder i svømmeklubben v/Per Osland	09:00-10:45 Aktuelle anleggsproblemstillinger v/NSF og Voss IL	Program kl. 09:00-16:00	09:00 - 12:30
	11:15-12:30 Hvordan jobber jeg som hovedinstruktør? v/ Seddik Aboulmagd	11:15-12:30 Skolesvømming, klubbstafett	11.15-12.00: Bruk av hovedinstruktør v/ Caroline Brinchman, LSVK		10:30-12:00: Workshop for å få på plass en konkurranseplan/veiledning til hvordan gjennomføre en konkurranse v/ Ingeborg Ljødal og SyU		11:00-12:00: Frivillighet. Klubbstafett: SK Speed og Bærumssvømmerne		
	12:00-12:30: Minipoloturneringer og Minipolo fremover v/Sverre Fjermestad		12:00-12:30: Info fra Stuputvalget v/Anna Maja Thorsen		12:00-12:30: Oppsummering og veien videre for synkron		12:00-12:30: Ren utøver, Rent idrettslag v/Antidoping Norge		
	12:40	Felles avslutning og oppsummering							
13:00	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	13:00

Små endringer kan forekomme