



Overblik kurser

// SUP

SUP instruktør eller SUP træner? Hva' med begge dele?

Vi har forsøgt, at gøre det nemt og overskueligt for dig når du skal vælge mellem forbundets forskellige SUP kurser.

Alle SUP kurser kan tages uafhængigt af hinanden. Dog skal du have været på SUP instruktør kursus, før du kan tage vores SUP træner kurser.

Vi sikrer os dermed, at du har de basale SUP færdigheder og undervisningskundskaber, før du øger dine kompetencer med vores SUP træner kurser inden for teknik, race og open water.

SUP træner kurserne kan tages uafhængigt af hinanden, så du har mulighed for at vælge et specifikt område af SUP sporten ad gangen.

SUP KURSER



INSTRUKTØR

Instruktør kurser kan tages uafhængigt af hinanden.

TRÆNER

Instruktør kurset giver adgang til træner kurserne.

Træner kurser kan tages uafhængigt af hinanden.

SUP INSTRUKTØR

Giver adgang til træner kurserne

16 timer

SUP TEKNIK TRÆNER

8 timer

SUP YOGA INSTRUKTØR

8 timer

SUP RACE TRÆNER

8 timer

SUP HJÆLPE INSTRUKTØR

Tilpassede forløb

SUP OPEN WATER TRÆNER

8 timer

SUP INSTRUKTØR

16 timer (typisk en weekend)

1395 kr. (medlemspris)

Formålet er at kvalificere dine kompetencer som instruktør således at du kan undervise en gruppe af begyndere/lettere øvet på vandet i basale færdigheder.

- Sikkerhed til vands, herunder analyse af undervisningsområder og redningsplan
- Opbygning af lektionsplaner
- Øvelser på land og på vand
- Redning af bevidstløse i vandet
- Feedback metoder til medlemmer/kursister
- Organisering af medlemmer/kursister på vandet
- Udstyrsviden



SUP YOGA INSTRUKTØR

8 timer

995 kr. (medlemspris)

Formålet er at blive kvalificeret og certificeret SUP yoga instruktør således, at du kan undervise i SUP yoga.

- Udstyr til SUP Yoga
- Boardets balancepunkter/opbygning ift. yoga
- Sikker fortøjning og organisering af kursister. Først teoretisk derefter praksis.
- Analyse af undervisningsområde
- Redning af bevidstløs i vandet
- Undervisning af yoga på vandet



SUP TEKNIK TRÆNER

8 timers kursus (+ 1 times online opsamling)

995 kr. (medlemspris)

1295 kr. (standardpris)

SUP teknik træner er for instruktøren som ønsker at dykke ned i elementerne omkring et effektivt padletag samt hvordan man analyserer og giver effektiv feedback til sine klubmedlemmer.

- Identificering af udøvers færdighedsstadier
- Tilgang til padleanalyse: identificering og fejlretning af både større og mindre afvigelser fra det effektive padletag
- Padletagets faser
- Padleteknik instruktion og feedback



SUP OPEN WATER TRÆNER

8 timer

995 kr. (medlemspris)

Målet er, at du efter kurset føler dig klædt på og inspireret til, at planlægge og udføre sjove og sikre åbent vand / downwind ture.

- Sikkerhed på åbent hav
- Vind, Vejr og bølger
- Åbent vand kernefærdigheder
- Tur planlægning



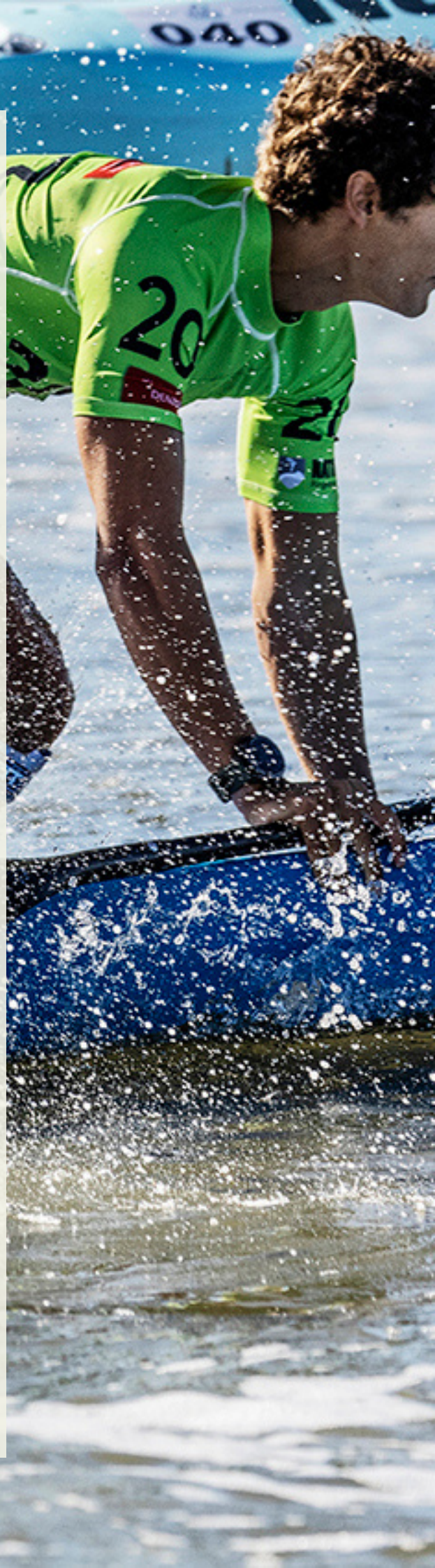
SUP RACE TRÆNER

8 timer

995 kr. (medlemspris)

Formålet er, at give instruktører redskaber til at planlægge og udføre god og effektiv racetræning i klubben.

- Basale træningsprincipper
- Planlægning af træningsprogrammer
- Praktiske færdigheder der tilknytter sig til forskellige race discipliner
- Coaching stilarter





surfsup.dk

Kontakt

Surf & SUP Danmark
Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
2605 Brøndby
CVR.: 34 77 93 33

kontakt@surfsup.dk
+45 25 14 20 68