

Tilmelding til kurset:

Tilmelding kan foregå on-line på www.dai-sport.dk, under "Kurser".

Eller ved indsendelse af nedenstående blanket, samt vedlagt check eller kopi af indbetalt girokort på girokonto nr. 070-5225, eller ved indbetaling på DAI's bankkonto 5326-0000396832.

Overnatning i Idrættens Hus skal bookes gennem DAI/Jimmy Lauridsen, tlf. 43 26 23 84 for at få rabat, hvor prisen så vil være kr. 495,- for et enk. værelse og kr. 785,- for et dobb. værelse, pr. dag.

Tilmeldingsblanket fremsendes til:
Dansk Arbejder Idrætsforbund
Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20, 2605 Brøndby
senest den 20. september 2010



Efterfølgende fremsendes bekræftelse og program.

Yderligere oplysninger:

Lisbeth Crafacck, DAI

Lasse R. Andersen, DAI

Mobil: 20 45 91 69.

Mobil: 29 24 21 26.

Coachkursus 2010

Forening/Klub/Projekt:

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr./by: _____

Telefon/og eller mobil: _____

E-mail: _____

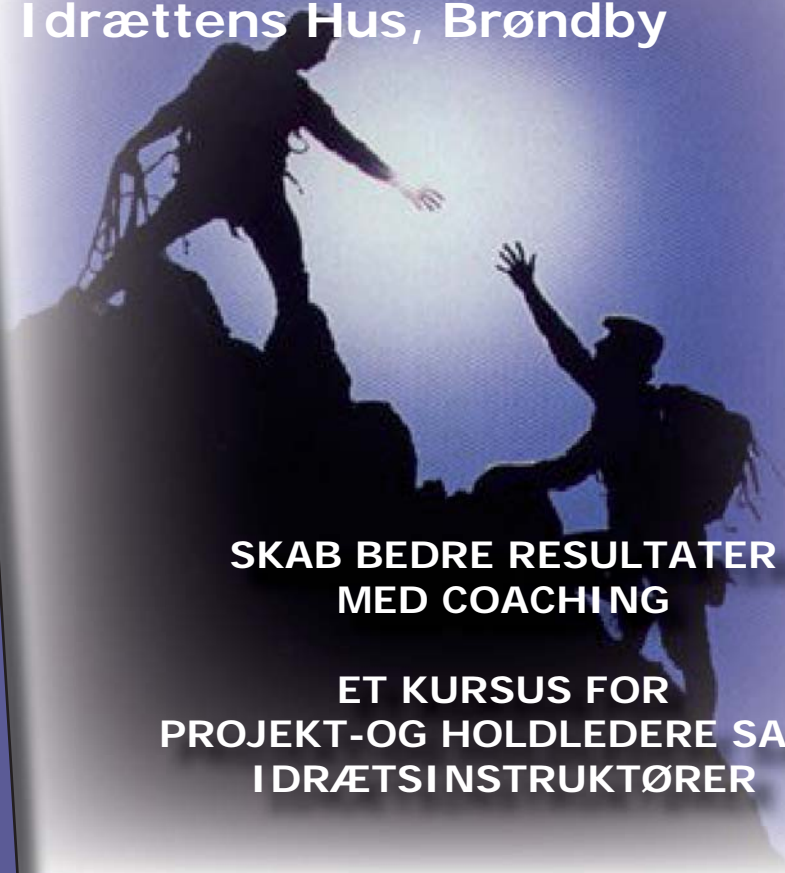
EAN nr.: _____



6. - 8. oktober 2010
Idrættens Hus, Brøndby



Idræt For Sindslidende
- Ikke så tosset endda



**SKAB BEDRE RESULTATER
MED COACHING**

**ET KURSUS FOR
PROJEKT-OG HOLDLEDERE SAMT
IDRÆTSINSTRUKTØRER**

Dansk Arbejder Idrætsforbund
www.dai-sport.dk - en verden af gode oplevelser



Dansk Arbejder Idrætsforbund inviterer til Coachkursus

På baggrund af sidste års succes, indbyder vi nu til anden runde af modul 1.

Et 3 dages kursus i coaching.

Underviser er NLP Coach Practitioner og Cand. Comm, Anders Reitov. Anders er ligeledes ansat i Dansk Handicaporganisationer hvor han arbejder med beskæftigelses projekter. Læs mere på www.asisco.dk. Kurset udbydes som et eksternat kursus. Overnatning bestilles og betales separat.

Kursusprisen er incl. kursusmaterialer kaffe/vand/frugt og frokost.

Dato og sted:

Kurset afholdes den 6.-8. oktober 2010.

1. undervisningsdag, kl. 10 – 17 (de to øvrige dage, kl. 9 – 16), i Idrættens Hus, Brøndby Stadion 20, 2605 Brøndby

Hvem kan deltage:

Kurset er for holdledere/støttepå personer/instruktører og andre, der ønsker at arbejde med sig selv og få effektive coaching redskaber til forstå og motivere andre mennesker. Kurset giver et generelt kendskab til coaching og de metoder, der skaber resultater i hverdagen.

Kursets mål:

Kurset giver personlige værktøjer til at påvirke mentale strategier positivt, så blandt andet sportspræstationer og dagligdags rutiner og vaner kan optimeres. På kurset får du trænet i at coache, så du får lagt grunden til at kunne coache andre mennesker i dit daglige arbejde. Du vil lære at anvende den rette coaching i den rigtige situation, så du opnår ideelle resultater i dagligdagen – både når det gælder dig selv og andre mennesker.

Eksempler på indhold:

Forskning viser, at mennesker kun er i stand til koncentrere sig om få ting ad gangen. På kurset vil du lære at give korte og præcise beske-der, så dine budskaber trænger igennem. Menneskets hjerne er en fantastisk database, som håndterer og opbevarer data i for eksempel visuelle (syn), auditive (høre) eller kinæstetisk (føle) erindringer. Du får indblik i, hvordan du kan anvende denne viden til at kommunikere hurtigt og effektivt. Du vil også få kendskab til virkningsfulde måder at sæt mål for fremtiden og hvad der skal til, for at målene bliver nået med succesfulde resultater.

Af andre relevante metoder vil du lære:

Briefing og debriefing – et vigtigt element i coaching er, at du er i stand til at give et klart billede af, hvad der skal foregå for eksempel de næste to timer, hvad målet er og hvordan det nås.

Bryd mønstret – du kender sikkert til, at det ikke lige går, som det skal og pludselig er fokus helt forkert. Du lærer en enkelt teknik til at bryde dårlige tilstande og komme i en ressourcefuld tilstand i stedet for.

Motivation og teambuilding – som den centrale person skal du have værktøjer til at afdække og understøtte motivationen hos den aktive – enten som enkelt person eller som team – på kurset får du også indsigt i gruppedynamik og teambuilding.

Under kurset vil vi også se på hjernens funktion som 'kontrolltårn' – derfra hvor kroppen styres og skaber grundlaget for toppræstationer – også i hverdagen.

Kursusform:

Kurset vil veksle mellem teoretiske oplæg og praktiske øvelser, som løbende relaterer til situationer fra den praktiske idræt og almen kommunikation. Den teoretiske viden vil hele tiden bliver omsat til praktisk erfaring. Det giver det bedste grundlag for dit fremtidige arbejde. Du vil få et kursusbevis ved kursets afslutning.

Pris:

Kursusprisen for DAI-medlemmer er kr. 2500,- pr. deltager

For ikke-medlemmer er prisen kr. 4500,-

Husk, at der kan søges tilskud hos Fritids- og kulturforvaltningen i din kommune – hvis du er medlem af en idrætsforening.

I coaching arbejdes bevidst med sprogliggørelse af "tavs viden", så kropslige og mentale erfaringer kan formidles til den man coacher, i en forståelig og anvendelig form. En bevidstgørelse af egne virkemidler, hvor målet er bedre præstationer eller et bedre selvværd.

Under modulet vil vi se på hjernens funktion som "kontrolltårn" – derfra hvor kroppen styres og skaber grundlaget for toppræstationer – også i hverdagen.

"Coaching er at låse op for et menneskes potentiale til at maksimere egne præstationer. Det er at hjælpe til at lære frem for at instruere eller undervise".

Whitmore