



5.mai 2020

Velkommen til Lederkurs for ungdom 16-18. oktober

Dette er kurset for deg som har lyst til å bidra i eget idrettslag, treffe andre ungdom på tvers av idrettene, lære mer, ha det gøy og sosialt, samt bygge nettverk!

Målet med kurset:

Kurset skal gi deg verktøy og den kompetansen du trenger for å løse ulike oppgaver og være en ressursperson (for eksempel som styremedlem) i ditt idrettslag.

Nedenfor følger praktisk informasjon om helgen, samt program for kurset.

Viktig informasjon

Oppmøte/Avreise

Oppmøtetid: **Fredag 16.10 senest kl. 16.45 (innsjekking fra 16.15).**

Sted: Kilandsenteret, Kilandsveien 15. 4886 GRIMSTAD. [Veibeskrivelse](#)

Kurset avsluttes **Søndag 18.10 kl. 15.30.**

Hva inngår i kurset?

Oppholdet inkluderer to overnattinger. Alle kursdeltakere bor på to- eller tre-mannsrom (gutter og jenter for seg). Romkamerat tildeles ved innsjekking. Vi prøver så langt det går å legge deltakere fra samme idrettslag på samme rom, men det er mulig du må dele rom med deltakere fra et annet idrettslag.

Det vil bli enkel servering av frukt/nøtter under kursdelen på fredag, deretter sen middag på fredag kveld. Frokost/lunsj/middag/frukt lørdag og frokost/lunsj på søndag.

MERK: reise til og fra Kilandssenteret dekkes av klubb/deltaker.

Arbeidsformer under kurset

Aktivitet, involvering, arbeid individuelt, i grupper og i fellesskap. Dette er ikke et kurs hvor en bare sitter stille og lytter.

Tider

Vi skal igjennom et tett program gjennom helgen, som blant annet innebærer at vi begynner forholdsvis tidlig (09.00) lørdag og søndag. Derfor kommer vi til å kreve at alle er på sine rom **SENEST kl. 23.00** fredag og lørdag kveld. Det er viktig at alle

følger dette slik at dere orker å delta på hele kurset, og for at alle diskusjoner skal bli gode og innholdsrike.

Alkohol

Det er ikke tillatt å nyte alkohol under samlingen. Det er viktig at alle respekterer dette. Et brudd på denne regelen vil medføre umiddelbar hjemsendelse.

Forsikring

Vi forutsetter at hver enkelt deltaker har forsikring som dekker ulykke og reise.

Klær/utstyr

Kurset vil i hovedsak foregå innendørs. Men hvis været tillater det så tar vi gjerne bolk utendørs også. Så ta med uteklær/treningstøy som er komfortable å bevege seg i. Det er viktig å understreke at dette er et lederkurs, og ikke et trenerkurs. Informasjon om sengetøy, håndklær eller sovepose vil du få informasjon om i god tid før kurset avholdes.

Fravær

Påmeldingen er bindende og kurset forutsetter 100 % deltakelse gjennom hele helgen (inkl. overnatting).

Oppfølgingssamling

Det vil bli en oppfølgingssamling/del 2 **lørdag 24. april 2021 kl.10.00-16.00** på idrettens hus i Kristiansand eller Arendal. Hele kurset anses som bestått etter deltakelse på oppfølgingssamlingen, og alle vil få et detaljert kursbevis etter endt kurs.

Ved spørsmål kontakt:

Anne Lise Lassen, mob: 90736248, e-post: annelise.lassen@idrettsforbundet.no

PROGRAM FOR HELGA

(med forbehold om endringer, kurslærer vil evt. informere om dette underveis)

DAG	TID	HVA
FREDAG	16.15-17.00	Registrering/Innsjekk
	17.00	Oppstart kurs Hvorfor er du her?
	19.00-20.00	Middag
	20.00	Sosialt/Bli kjent!
	23.00	RO Alle skal være på sine respektive rom!

DAG	TID	HVA
LØRDAG	8.30	Frokost
	09.00	Undervisning
	12.00-12.30	Lunsj
	12.30	Undervisning
	16.00-16.30	Niste/Frukt
	16.30	Undervisning
	19.00-20.00	Middag
	20.00	Felles aktiviteter / sosialt
	23.00	RO Alle skal være på sine respektive rom!

DAG	TID	HVA
SØNDAG	08.30	Frokost
	09.00	Undervisning
	12.00	Lunsj
	12.30	Undervisning
	15.30	FERDIG

Husk!

- Alle skal være i ro på sine rom til kl. 23.00.
- Inntak av alkohol er forbudt under hele samlingen.
- Brudd på reglene medfører umiddelbar hjemsendelse.