

# Møre og Romsdal idrettskrets inviterer til

## LEDERKURS FOR UNGDOM 15—19 år

### Tid:

Fredag 18. oktober —søndag 20. oktober 2024

### Sted:

Scandic Seilet Hotel. Molde

### Målgruppe:

Engasjert ungdom i alderen 15-19 år som kunne tenke seg lederoppgaver i idretten enten det er som trener, leder, styremedlem osv. Kurset krever ingen spesielle forkunnskaper hos deltakeren.

Deltakeren må være medlem av et idrettslag.

### Målsetning:

Kurset skal forberede ungdom i alderen 15-19 år på lederverv i ulike deler av klubbarbeidet i norsk idrett. Kurset gir deltakerne relevant kompetanse til å delta aktivt der beslutningene tas i idretten.

Kunnskapen og verktøyene deltakeren lærer vil gjøre det enklere å forstå, og få ansvar i egen klubb. I tillegg til kompetansen ungdommen tilegner seg er det stort fokus på selvtillit, taleteknikk og trygghet.

### Kurset er delt inn i følgende moduler:

- Bli kjent
- Selvtillit og selvfølelse
- Rollemodell
- Medlem i sentrum
- Du som ressurs
- Mål til handling
- Kommunikasjon
- Presentasjonsteknikk

### Arbeidsformer under kurset:

Aktivitet og involvering. Arbeid både individuelt, i grupper og i felleskap. Diskusjoner og artige leker. Dette er ikke et kurs der man bare sitter stille og lytter!

### Overnatting, mat og reise:

Overnatting blir på ulike rom (2 og 3 mannsrom) på Scandic Seilet, der er alle samlet hele helgen. Det blir felles mat, på hotellet. Alt rundt overnatting og mat ordnes av idrettskretsen. Transport til og fra Molde må ordnes selv, men her er [bussen](#) et godt alternativ.

### Kurslærere:

2 unge voksne og erfarne kurslærere.

### Kursavgift:

Kr 1 500,- pr. deltaker. Dette dekker kurshelgen, overnatting og mat. Dette betales av idrettslaget man blir sendt fra og blir etterfakturert fra idrettskretsen.

**Påmelding** via [denne linken](#). Påmelding innen 15.09.24 klokken 23:59. Det er lurt å være tidlig ute, det er maksimalt 20 plasser. Tidligere kurs har blitt fulle.

NORGES  
IDRETTSFORBUND  
Møre og Romsdal idrettskrets



«Synes at kurset var lærerikt og har selv vokst mye etter bare den ene helgen!» - Tidligere deltaker

«Dumt at det tok slutt...»

Kurset er delt inn i 2 deler. Del 2 blir én dag i Molde i februar/mars

Spørsmål? Ta kontakt med Vegard Rangsæter på [veggran@idrettsforbundet.no](mailto:veggran@idrettsforbundet.no)