

# DIF



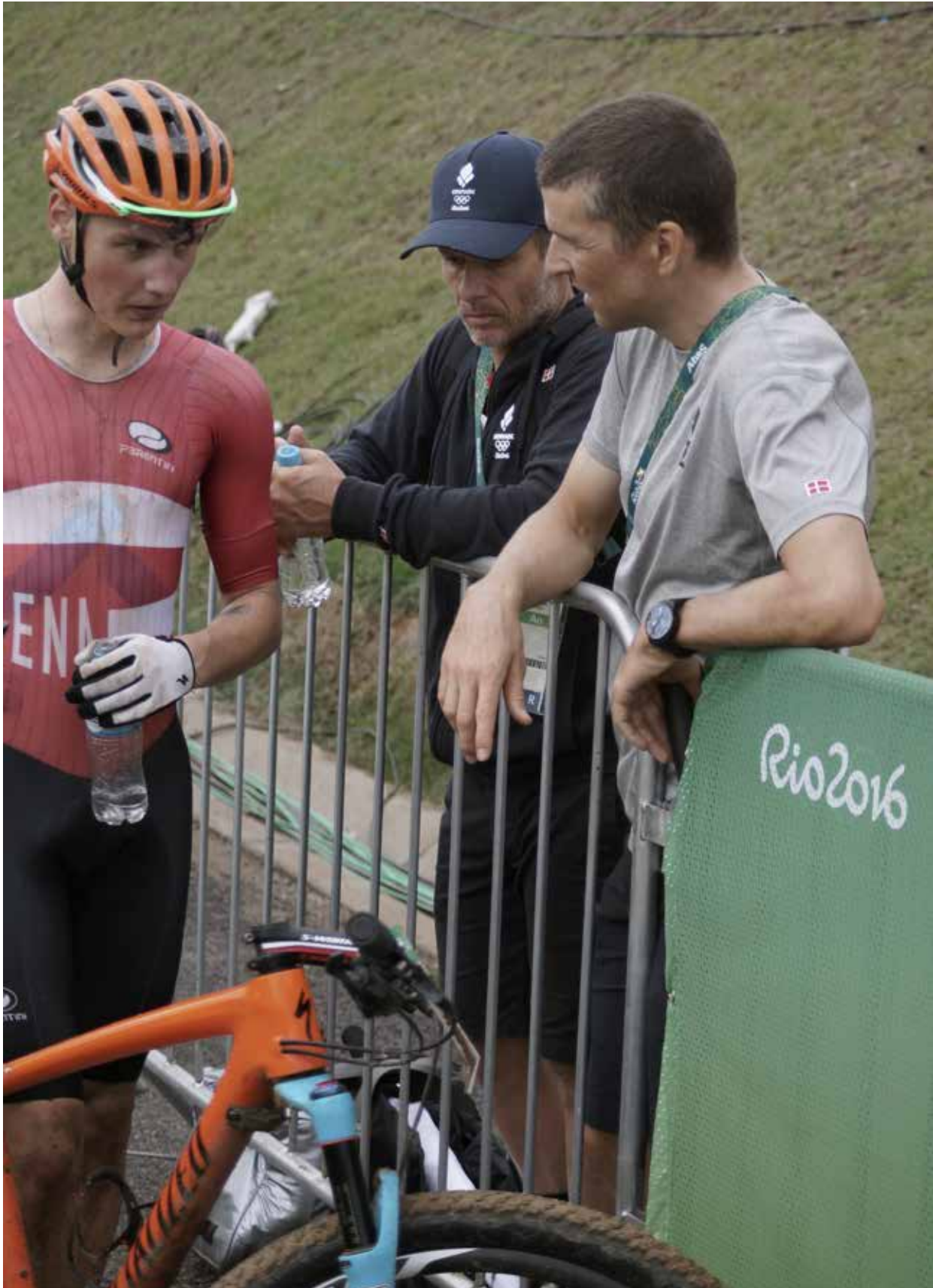
**DIF DIPLOMTRÆNER**  
For talent- og elitetrænere  
– eller dem der gerne vil være det



# TRÆNER

BEVÆGER  
DANMARK





# FOR TALENT- OG ELITE-TRÆNERE - ELLER DEM DER GERNE VIL VÆRE DET

DIF Diplomtræner er for dig, der ikke bare vil træne de bedste atleter, men som også selv har en ambition om at være med i eliten af trænerne. Med uddannelsen tager du for alvor springet fra træner til elitetræner – med alt hvad det indebærer.

Derfor er DIF Diplomtræner tilrettelagt, så den giver dig en række af de kompetencer, du har brug for som træner for talent- og eliteidrætsudøvere inden for din idræt.

## DIF DIPLOMTRÆNER

Uddannelsen er bygget op om forskellige temaer, som alle i sidste ende handler om at optimere præstationerne hos dine udøvere:

- **Trænerrollen**  
Som træner er du leder, pædagog og en hel masse andet. Derfor får du en grundig indføring i idrætspsykologi, pædagogik og lederskab.
- **Træningsmiljøet**  
Rammerne, kulturen, samarbejdet med alle omkring træningsmiljøet er afgørende for såvel træning som præstation. Du får viden, der kan optimere dit videre arbejde i og med træningsmiljøet.
- **Træningslære**  
Her lærer du om fysiologi, anatomi, skadesforebyggelse, teknikanalyse og træningsplanlægning.

DIF Diplomtræner varer 165 timer. Derudover skal du tage det, der svarer til minimum 30 timers uddannelse i regi af dit specialforbund.

## HVEM KAN VÆRE MED?

Du skal have gennemført træneruddannelse svarende til DIF Træner 2.

Hovedparten af den benyttede litteratur vil være på dansk, men der kan forekomme tekster og figurer på engelsk.

## SÅDAN GØR DU?

Du kan søge optagelse via ansøgningskemaet som du finder på [www.dif.dk](http://www.dif.dk) (søg efter DIF Diplomtræner). Bemærk: Når DIF har modtaget din ansøgning vil den blive sendt videre til specialforbundet med henblik på vurdering og godkendelse.

## INTERESSERET

Læs mere omkring indhold og tilmelding samt se en video fra en undervisningsdag på: [www.dif.dk](http://www.dif.dk)

Søg på "DIF Diplomtræner".

## YDERLIGERE INFO OG SPØRGSMÅL

Kontakt projektsekretær Pernille Pedersen, [ppe@dif.dk](mailto:ppe@dif.dk), telefon 43 26 20 23

**"Uddannelsen er spækket med brugbar viden og inspiration jeg kan gøre brug af i min klub som træner. På uddannelsen var der meget dygtige undervisere til at formidle og inspirere."**

Citat fra tidligere deltager på ordinært hold

# PRAKTISK INFORMATION

## UNDERVISNING OG EKSAMEN

Undervisningen er organiseret som en vekselvirkning mellem oplæg, gruppearbejde, diskussion og case-arbejde samt arbejdsopgaver.

Der er mødepligt til undervisningen. Der vil være hjem-mearbejde og mindre skriftlige opgaver i de enkelte blokke.

Hver blok afsluttes med en kombineret skriftlig og mundtlig eksamen.

Den skriftlige del udgør ca. 8 sider og tager afsæt i en problemformulering rettet mod din idræt.

## UNDERVISERNE

Undervisningen varetages af DIF's kompetente undervisere, der alle har relevante uddannelsesmæssige baggrunde (kandidat i idræt, fysioterapeut mv.), og er eksperter, inden for det givne fagområde og naturligvis med tætte relationer til idrættens verden.

## OVERNATNING

Overnatning er ikke inkluderet i studieafgiften.

Du står selv for bestilling og betaling af overnatning.

DIF kan henvise til aktuelle overnatningssteder, hvis det har interesse.

Det er en god idé at bestille overnatning i god tid.

## TILMELDING OG BETALING

Du kan tage uddannelsen som et helt sammenhængende forløb eller dele den op, så du tager en blok af gangen. Vi anbefaler dog at tage det i et sammenhængende forløb.

### PRIS

Kursusafgiften er kr. 21.000 hvis tilmelding sker via specialforbund.

Kursusafgiften er kr. 30.000 for alle øvrige.

### En blok af gangen:

Kursusafgiften er kr. 9.000 pr. blok hvis tilmelding sker via specialforbund.

Kursusafgiften er kr. 13.000 pr. blok for alle øvrige.

## BETALING

Hele udgiften betales 4 uger før opstart på uddannelsen, og tilbagebetales ikke ved ophør på uddannelsen.

### Trænere tilmeldt via specialforbund

Opkrævning vil blive sendt til specialforbundet, som derefter opkræver din klub.

### Trænere tilmeldt uden specialforbund

Opkrævning vil blive sendt til den mail, som er oplyst på ansøgningskemaet.

Prisen er inkl. forplejning (OBS: slutter undervisningen kl. 18 eller tidligere, er aftensmad ikke inkluderet) og litteratur. Deltagerne afholder selv udgifter til rejse og overnatning i forbindelse med uddannelsen.

**”Diplomtræneruddannelsen har helt afgjort løftet min viden som træner. Jeg har været meget begejstret for at høre fra de andre sportsgrene, hvordan de griber tingene an.”**

Citat fra tidligere deltager på ordinært hold

**DIF**  
DANMARKS IDRÆTSFORBUND

IDRÆTTENS HUS  
BRØNDBY STADION 20  
2605 BRØNDBY

10 2016  
**DESIGN** 1508  
**LAYOUT/TRYK** FORMEGON APS  
**FOTO FORSIDE** DAS BÜRO

