

DBTU	Trin 0	Trin 1		Trin 2	Trin 3
<b>Kursus</b>	<b>1-2-Træner</b>	<b>Basistræner</b>	<b>Opgraderingskursus</b>	<b>Klubtræner</b>	<b>DBTU-Diplomtræner</b>
<b>Varighed</b>	1 dag	2 weekender	1 aften	2 weekender + 1 dag, hjemmeopgaver og eksamen	6 uger max
<b>Timer</b>	8 timer	31 timer	4 timer	41 timer	30 timer
<b>Målgruppe</b>	Kurset er for nye trænere (ideelt til senteens 16-19 år eller forældre eller 60+). Træneren har typisk ingen eller lidt erfaring. Kursusisten kan starte fra 15-årsalderen.	Kurset henvender sig til dem, der gerne vil starte som træner på et træningshold og som har ingen eller nogen erfaring med trænergerningen. Kursusisten kan starte fra 15-årsalderen.	Kurset henvender sig til dem, der er uddannet efter den gamle struktur efter 2009 og som vil have merit i den nye struktur. Opgraderingen består i at kompetenceløfte den erfarne træner til at skabe et trænings- og udviklingsmiljø. Se meritstruktur.	Kurset henvender sig til erfarne trænere, som har gennemført Trin 1 og til trænere, der har/vil have ansvar for flere trænere og vil arbejde strategisk med udviklingsmiljøer. Kursisten har en kompetencealder som bordtennistræner på 2 - 5 år og kan starte, når vedkommen er 18 år.	Kurset henvender sig til erfarne trænere, som har gennemført Trin 2. Kursisten skal være interesseret i at udvikle organisationen og det sportslige miljø. Fx i lokalunionsregi eller etablere basis for regionale træningsmiljøer. Kursisten har en typisk kompetencealder som bordtennistræner på 5 - 10 år. Kursisten skal være minimum 18 år.
<b>Beskrivelse</b>	1-2-Træneren opnår basale forudsætninger for at starte trænergerningen på et træningshold eller som hjælpetræner på et træningshold.	Basistræneren opnår forståelse af læring som et redskab, der kan starte og udvikle et træningsmiljø for begyndere. Træneren finder ud af, hvilken trænerstype vedkommen er. Træneren skal kunne tilrettelægge et træningspas ud fra en aldersrelateret målgruppe og forstå mekanismer der fastholder spillere i udviklingsmiljøet. Træneren skal kunne samarbejde med flere trænere, klubledelse og forældre.	Træneren finder ud af, hvilken trænerstype vedkommen er. Træneren sættes i stand til at tilrettelægge et træningspas og planlægge en sæson ud fra flere forskellige aldersrelateret målgrupper ATK-2.0. Træneren skal kunne forstå pædagogiske og psykologiske mekanismer, der fastholder spillere i udviklingsmiljøet. Træneren skal kunne samarbejde med flere trænere, klubledelse og forældre.	Klubtræneren skal kunne ud fra egen trænerfilosofi skabe udviklingsmiljø. Træneren skal kunne sæsonplanlægge, motivere og vejlede spillere før, under og efter en kamp. Træneren på trin 2 skal kunne lede andre trænere og samarbejde med forældre og ledere i klubregi.	Diplomtræneren skal have forståelse af læring som et redskab, der kan videreudvikle miljøer og organisationen på flere niveauer. Diplomtræneren skal metodisk kunne udvikle ny viden og kunne udføre sportslig ledelse i større klubber, på lejre eller i unionsregi. Kurset skal være gennemført max 1 år efter endt DIF-Diplomtræneruddannelse.
<b>Temaer</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uddannelsesintro</li> <li>- Læringsmål</li> <li>- Opvarmning</li> <li>- Den gode træning</li> <li>- RUS</li> <li>- Aktivitetshjulet</li> <li>- Trænerrollen</li> <li>- Teknik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intro til DBTU's uddannelsesstruktur</li> <li>- Erkendelse af egen trænerfilosofi</li> <li>- Planlægning af pas og brug af Trænerblokken</li> <li>- Trænerrollen i praksis - fokus på begge køn</li> <li>- ATK2.0 Sportpsykologi og Pædagogik</li> <li>- Kendskab til udviklingsmiljøer og RUS</li> <li>- Den aldersrelateret styrketræning</li> <li>- Viden om træning af basale færdigheder</li> <li>- Regler, Taktik, Teknikøvelser og lege</li> <li>- Materialeviden, Ernæring og Parasport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intro til DBTU's uddannelsesstruktur</li> <li>- Egen trænerfilosofi og skabe udviklingsmiljø</li> <li>- Arbejde med læringsmål</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intro til DBTU's uddannelsesstruktur</li> <li>- Med egen trænerfilosofi skabe udviklingsmiljø</li> <li>- Planlægning af sæson med fokus på elite</li> <li>- Arbejde med læringsmål</li> <li>- Vejlede trænere i at skabe udviklingsmiljøer</li> <li>- Fokus på teknisk og taktisk træning</li> <li>- Fokus på spilstilsanalyse</li> <li>- Viden om træning af Para-atleter</li> <li>- Eksamensprocesforløb</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intro til DBTU's uddannelsesstruktur</li> <li>- Fokus på talentudviklingsmiljøer</li> <li>- Udvikling af andre trænere</li> <li>- Strategi og dannelse af ny viden</li> <li>- Praktik, projekt eller undervisning</li> <li>- Der tilknyttes en vejleder</li> </ul>
<b>Pris</b>	kr. 795	kr. 2.850	kr. 570	kr. 3.500	kr. 0



DIF	Trin 0	Trin 1	Trin 2	Trin 3
<b>Kursus</b>		<b>DIF-Træner 1</b>		<b>DIF-Træner 2</b>
<b>Varighed</b>		1 dag + ca. 8 t e-læring		3 weekender (over to måneder)
<b>Timer</b>		8 timer		55 timer
<b>Målgrupper</b>		Kursisten kan starte, når vedkommende er 16 år. Trænerpraktik i klub og egenfærdigheder		Kursisten kan starte, når vedkommende er 18 år. Trænerpraktik i klub og egenfærdigheder
<b>Beskrivelse</b>		Giver kursisten en generel og basal introduktion til at fungere som træner på klubniveau.		Giver kursisten færdigheder og viden til at fungere i en klub med ansvar for årsplanlægning, med rollen som træner og giver en forståelse for faktorer, der indvirker på træning og præstation.
<b>Temaer</b>		- Idrætsskader - nej tak - Idræt for børn og unge - Idræt og ernæring		- Fysisk træning - Konditionstræning - Trænerrollen - Styrketræning - Ernæring og Idrætsskader - ATK - Tekniktræning - Idrætspsykologi - Træningsplanlægning
<b>Pris</b>		kr. 1.750		kr. 4.995
				kr. 21.000

## Uddannelsestrin

	Trin 0	Trin 1	Trin 2	Trin 3
<b>Varighed</b>	8 timer	39 timer	96 timer	195 timer
<b>Niveau</b>	Se. 1-2-Træner	Træner kan varetage og udvikle et træningshold.	Klub- og elitetræner, der kan varetage ansvar flere hold og flere trænere.	Ledende træner, der kan udvikle sportslige strategier og spillere på højt niveau, i en storklub eller unionsregi.
<b>Pris i alt</b>	kr. 795	kr. 4.600	kr. 8.495	kr. 21.000