



2.-4.4.2027
Pajulahti

Paravalmentaja -koulutus (1 taso)

Kolmen kampuksen urheiluopistolla Pajulahdessa

Koulutus on tarkoitettu kaikille paraurheilijan valmennuksesta kiinnostuneille ja jo valmentajana toimiville henkilöille.

Koulutussisällöt: Koulutuksen tavoitteena on oppia urheilijakeskeistä valmennustapaa paraurheilijan valmennuksessa. Kurssin jälkeen valmentaja osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida yksittäisen harjoituksen valmentamiensa paraurheilijoiden tarpeista lähtien, sekä osaa pohtia ja arvioida omaa toimintaansa paravalmentajana.

Koulutuksessa harjoitellaan toteuttamaan ja arvioimaan harjoituksia ja toimimaan valmennustilanteissa, sekä arvioimaan ja pohtimaan paravalmentajana toimimista.

Sisältö:

1. Orientaatio
2. Paraurheilun erityispiirteet
3. Urheilijakeskeisen valmennuksen periaatteet
4. Harjoituksen suunnittelu, toteutus ja arviointi
5. Harjoitusdemoja

Koulutuksen kesto: noin 40 h, josta lähiopetusta 16 tuntia ja verkko-opetusta 24 tuntia.

Koulutuksen hinta: 350 € sisältäen koulutusmateriaalit, lähi- ja verkko-opetuksen sekä lähijakson täysihoito 2 hengen huoneissa. Yhden hengen huone lisämaksusta. Koulutuksen hinta ilman majoitusta 240 €.

Ilmoittautuminen 25.3.2027 mennessä mennessä Kolmen kampuksen urheiluopiston verkkokaupassa

Jos koulutuksen osallistuja ja maksaja on eri taho, niin ilmoittautuminen sähköpostilla: sari.eloranta@kolmekampusta.fi

Lisätietoja:

Virpi Remahl, virpi.remahl@kolmekampusta.fi, p. 044-7755 350

Tuomas Törrönen, tuomas.torronen@paralympia.fi, p. 050-4086 152

