



**Bli med på  
Camp Unge Trenere (CUT) 2023  
Trondheim 3.- 9. august**



**Målgruppe:** Unge, engasjerte, o-løpere **17-25 år** som vil være trener under OLL  
**Sted:** Byåsen i Trondheim  
**Dato:** Torsdag 3.8. til onsdag 9.8  
**Påmelding:** **Senest 1. mai:** <https://eventor.orientering.no/Activities/Show/4995>

Alle påmeldte får bekreftelse etter fristen med svar på om de har kommet med på Camp unge trenere. Mer info sendes deltakere i slutten av juni.

**Antall deltakere:** Maks 30

**Ved behov for uttak vil flg. kriterier bli vektlagt (du krysser av/svarer i påmeldingen):**

- Din motivasjon for å være trener/leder på HL/OLL
- Har tatt trener-1 kurs Orientering
- Har trener/ledererfaring (i egen eller annen klubb, på leir, tidligere CUT),
- Har trenerkurs fra annen idrett
- Alder (ved ellers lik bakgrunn og erfaring så vil eldre prioriteres før yngre)



### Målet med Camp Unge Trenere (CUT)

Gjennom deltagelse på CUT vektlegges det å bygge et godt sosialt felleskap. Du får kompetanse innen trener-/lederrollen og relevant praksis under HL/OLL.

Hver trener vil få ansvar for en treningsgruppe på opptil 20 deltagere i alder 14-16 år. Du vil få faglige innspill, veiledning og erfaringsutveksling som forbereder deg på trener- og lederoppgaver under OLL og for videre trener-/lederoppdrag.

Hvis du er i gang med trener-1 utdanning vil du få godkjent 10 timer praksis under OLL.

### Rammeprogram:

- Teambuilding (sosiale og samlende aktiviteter)
- Kompetanse på trenerrollen (ledelse, kommunikasjon)
- Enkelt førstehjelpskurs
- Erfaringsutveksling og evaluering på trenermøter
- Egentrening gjennom OLL's o-tekniske økter
- Være trener for kremen av norsk ungdom
- Trenervest, t-shirt og kursbevis
- Ung trenerutviklings-stipend, kr 2000



NOF betaler et trenerutviklings-stipend til alle som er med på hele Camp unge trenere. Vi håper dette vil motivere litt ekstra til å delta.

**Hovedleder under Campen:** Sigrid Vehus Skjerve, engasjert av Norges Orienteringsforbund.

**Pris:** Ingen deltakeravgift. Opphold og materiell dekkes av arrangøren, Byåsen IL og Norges Orienteringsforbund.

**Reise** t/r Trondheim dekkes av den enkelte deltaker/klubb.



**Start og slutt:** Torsdag 3. august, innkvartering mellom kl. 1600 - 1700. Frammøtested Byåsen Vgs. Slutt ca. 1230 onsdag 9. august.

**Transport:** Deltakere er selv ansvarlige for transport til og fra Trondheim/Byåsen. Gode forbindelser med tog og buss. Mer info kommer på arrangørens hjemmeside.

**Spørsmål om Camp unge trenere (CUT):** Kontakt, [lene.kinneberg@orientering.no](mailto:lene.kinneberg@orientering.no), Norges Orienteringsforbund

**Info om HL/OLL 2023:** <https://www.holl2023.no/hjem>