

WORKSHOP DRILL NOVEMBER 2017

NMF Øst arrangerer i samarbeid med Skedsmo Drill trenerkurs og utøverkurs, med mulighet for privattimer. Dette blir så bra!!!

INFORMASJON OM UTØVERKURSET

DATO: 3. - 5. november 2017
TIDSPUNKT: 10.00 - 16.00 lørdag og søndag
STED: Lillestrøm, Akershus
ALDER: 10 år og eldre
NIVÅ: Advanced, intermediate og beginner
PRIS: Kr 1 300,- (inkl. lunsj lørdag og søndag)
OVERNATTING: Kr 300,- (inkl. kveldsmat fredag og middag lørdag)
INSTRUKTØRER: Tihomir Bendelja (HR), Melody Meijer (NL), Mathias Langseth Eliassen (NO), og Thomas Johansen (NO)
PÅMELDING: Åpner 1. september kl. 12.00

Merk: Begrenset antall plasser!

Undervisningen finner sted i Lillestrøm-området. Det tilbys skoleovernatting. Teknisk arrangør ordner transport mellom skolen og hallen hvis det blir behov for det.

Det undervises i ulike klasser som rolls, high tricks, multiple batons (2 og 3 baton), dans, travelling moves mv. Det vil ikke bli innlæring av koreografi.

Kurset er åpent for drillere på alle nivåer, men utøverne må ha fylt 10 år. Instruktørene deler inn utøverne i grupper etter nivå. Hensikten med nivå-inndeling er at alle skal få utfordringer som er tilpasset dem, og dermed få større utbytte av kurset.

MERK: utøvere som deltar på kurset bør ha en forståelse av muntlig engelsk, da store deler av undervisningen kommer til å foregå på engelsk.



musikkorps.no/workshopdrill

WORKSHOP DRILL NOVEMBER 2017

INFORMASJON OM PRIVATTIMER

DATO: 3. - 5. november 2017
TIDSPUNKT: 16.00 - 20.00 og under kurset (Fredag 18.00 -21.00)
STED: Lillestrøm, Akershus
ALDER: 10 år og eldre
NIVÅ: Advanced, intermediate og beginner
PRIS: 450,- pr. halvtime/ 800,- pr. time
INSTRUKTØRER: Tihomir Bendelja (HR), Melody Meijer (NL), Mathias Langseth Eliassen (NO), og Thomas Johansen (NO)
PÅMELDING: Åpner 1. september kl. 12.00.
Merk: **Førstemann til mølla**. Frist for avbestilling: 20. september.

Det tilbys privattimer til de utøverne som deltar på utøverkurset. Undervisningen foregår hovedsakelig på ettermiddagene, men utøverne må være forberedt på at noen privattimer vil bli avholdt samtidig med kurset.

Utøverne velger selv om privattimene skal brukes til å endre/oppdatere eksisterende koreografier, lære inn nye koreografier, eller trene på drill- og danseteknikk. Dersom noen utøvere ønsker privattimer i drilldans, må man være forberedt på at det er begrenset med plass og tilgang til musikk.

Man kan bestille så mange privattimer man ønsker. For at flest mulige skal få benytte seg av tilbudet om privattimer vil ikke utøverne få tildelt mer enn 120 min *pr instruktør*, eller 240 min *til sammen*, med mindre instruktørene har ledige timer. Påmeldingen skjer etter *førstemann til mølla-prinsippet*, men utøverne på de høyeste nivåene vil bli prioritert ved tildeling av privattimer.

Det er ikke mulig å foreta endringer etter at påmeldingen er sendt (annet enn *hva* det skal undervises i). **Det er dessverre ikke mulig å avbestille privattimene etter fristen.** Timene må betales fullt ut med mindre legeattest fremvises. Det settes opp ventelister.

Trenere/koreografer er velkomne til å observere *egne* utøvere.



WORKSHOP DRILL NOVEMBER 2017

INFORMASJON OM TRENERKURSET

DATO: 3. - 4. november 2017 (5. november valgfri)
TIDSPUNKT: 17.00 - 21.00 (fredag) og 09.00-16.00 (lørdag)
STED: Lillestrøm, Akershus
NIVÅ: Instruktor kurs I-IV (annen relevant erfaring kan vurderes)
PRIS: Kr. 1000,-
INSTRUKTØRER: Tihomir Bendelja (HR), Melody Meijer (NL),
Lina Haagenrud (NO), Thomas Johansen (NO)
PÅMELDING: Åpner 1. september kl 12.00

Trenerkurset er for instruktører og koreografer som trenger inspirasjon og motivasjon, og mer kunnskap om koreografi, teknikk og skadeforebygging.

Det vil blant annet undervises i hvordan man skal koreografere og bygge opp gode programmer i de ulike twirling-kategoriene, hvordan man skal tenke kreativt og hente ny inspirasjon, hva som er typiske feil i drill- og danseteknikk og hvordan man skal korrigere feilene, hva som er typiske skader innen drill og hvordan man kan forebygge disse. Vi åpner selvfølgelig for spørsmål og diskusjon.

NB! Dette året vil det ligge ekstra fokus på kategorien x-strut.

Undervisningen foregår fredag ettermiddag og på dagen lørdag, slik at trenerne kan delta på privattimer til sine utøvere lørdag og søndag ettermiddag. Trenerne som ønsker å være tilstede under kurset på søndag, får mulighet til å se på de ulike klassene som det undervises i på utøverkurset.

OVERNATTING

DATO: 3. - 5. november 2017
STED: Tæruddalen skole, Lillestrøm
ALDER: Utøvere under 16 år må ha minst én leder (over 18 år) som overnatter sammen med troppen
PRIS: 300,- (inkl. kvelds fredag, frokost lørdag og søndag, + middag lørdag)

Det er samme pris uansett om man overnatter fra fredag til søndag, fra fredag til lørdag eller fra lørdag til søndag.

REISE/TRANSPORT

Lillestrøm ligger bare ett stopp med flytoget unna Gardermoen flyplass. Dersom det er behov for transport fra togstasjonen, kontakt teknisk arrangør direkte innen 13. oktober (drill@skedsmoskolekorps.no).



Velkommen!



musikkorps.no/workshopdrill