



Trænerakademiet

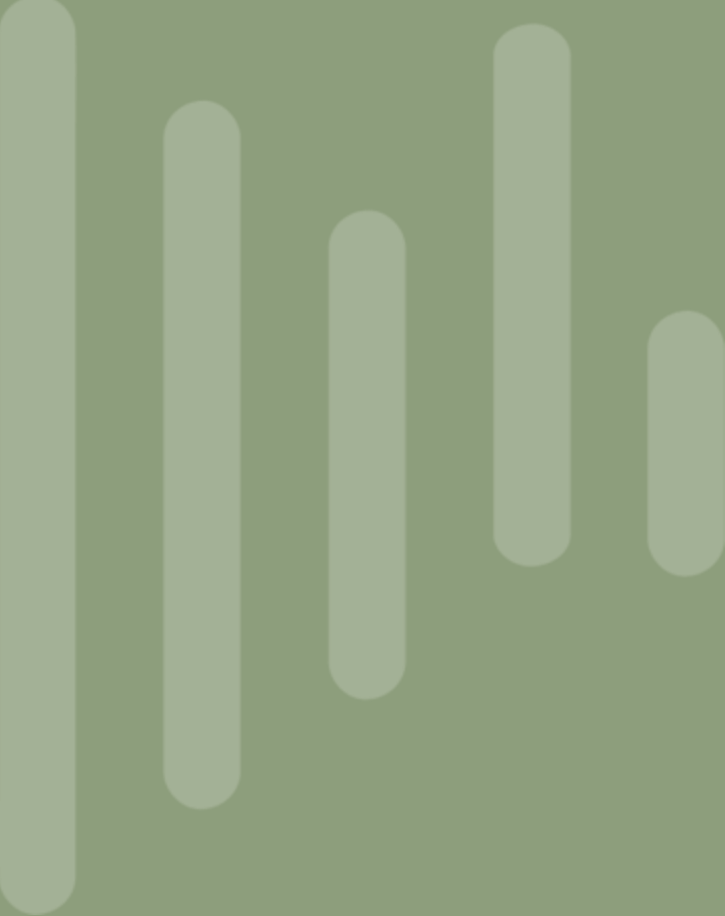
VI TRÆNER FREMTIDENS FRIVILLIGE



AKADEMICAMP MARTS 2025



GLIMT FRA SIDSTE CAMP...



Velkommen til Gerlev Idrætshøjskole!

Du er lige nu en del af Trænerakademiet, og vi glæder os til at se dig på Gerlev Idrætshøjskole til Akademicamp d. 8/3-9/3 2025

Det bliver et vildt døgn, hvor du både kommer til at få nogle sjove oplevelser med venner du kender og dem du ikke kender. Og så glæder vi os til give dig nogle redskaber til, hvordan du bliver en bedre træner.

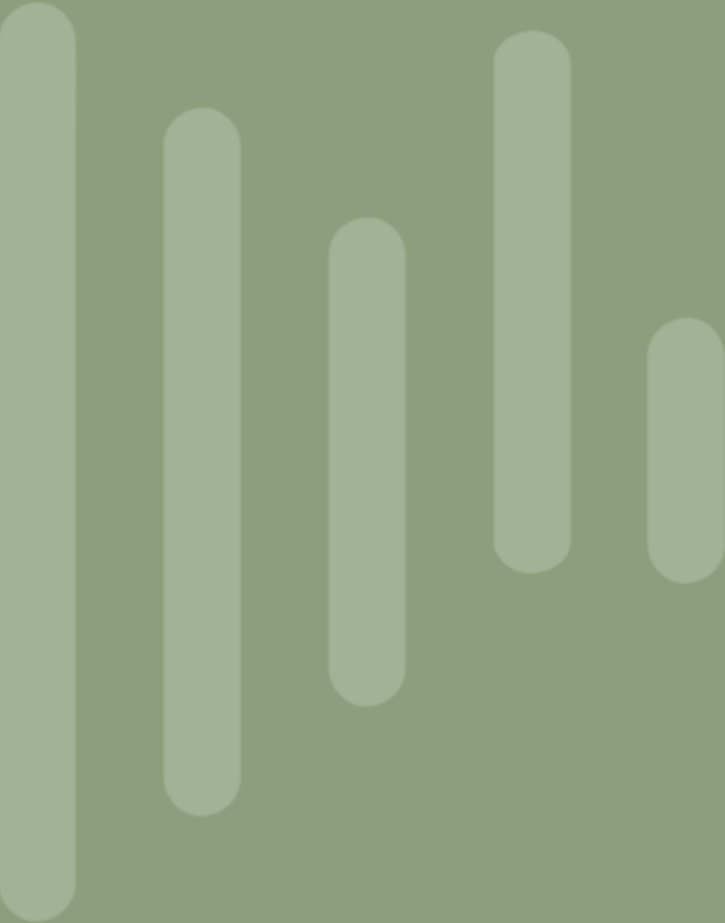
Frederik Ullerup, forstander Gerlev Idrætshøjskole

VELKOMMEN



INDHOLD





11.00-12.00: Ankomst og indkvartering på sovesale

12.00: Fælles velkomst og 'lær hinanden at kende'

12.30: Frokost i spisesalen

13.00: Fotosafari på Gerlev i grupper - fælles for alle

14.15: Workshops 1. runde på spor 1 og spor 2

15.15: Pause med saft og frugt

15.45: Workshops 2. runde på spor 1 og 2

17.00: Fri leg i hallen og hygge på tværs af grupper

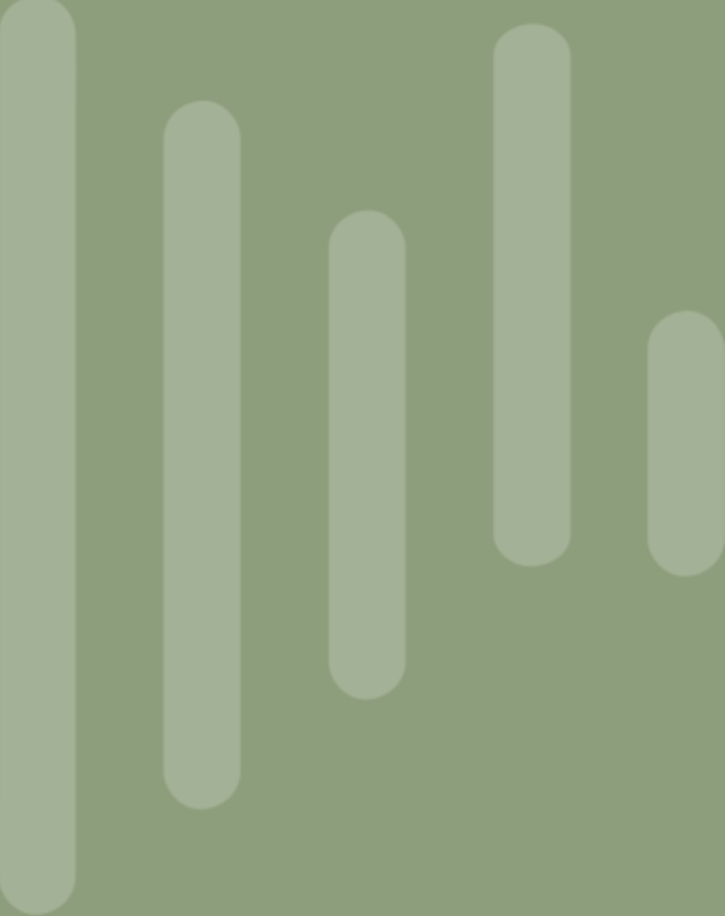
18.00: Aftensmad

19.00: Foredrag

20.00: Fri tid til hygge med snacks

23.00: Godnat

PROGRAM LØRDAG D. 8/3



08.00: Morgenmad

08.30: Pakning og oprydning sovesale

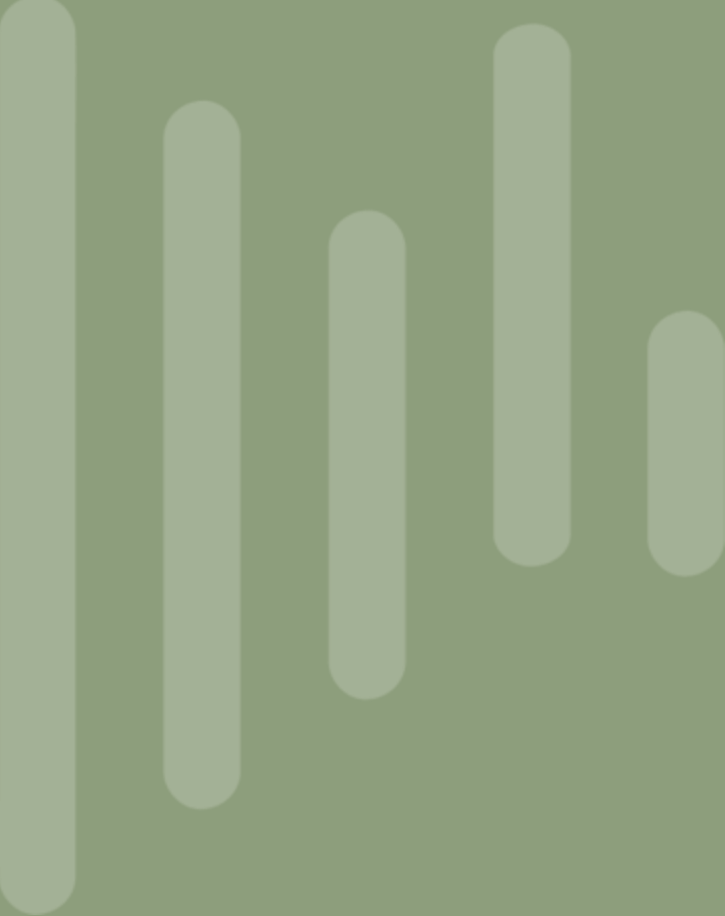
09.00: Fælles start på dagen - opvarmning i hallen

09.30: Fælles aktivitet - konkurrencer

11.30: Fælles afslutning og fællesfoto

12.00: Farvel og tak for denne gang

PROGRAM SØNDAG D. 9/3

- 
- Tøj til træning og bevægelse - både inde og ude
 - Sovepose, hovedpude og linned (vi har madrasser til alle)
Du skal sove på sovesal sammen med andre fra din kommune
 - Toiletsager
 - Håndklæde
 - Indesko
 - Udesko

PAKKELISTE



GERLEV IDRÆTSHØJSKOLE



@gerlevih

FØLG MED PÅ INSTAGRAM OG TIKTOK