



Eesti Võimlemisliidu harrastusvõimlemise täiendkoolitus 4. november 2023 Reval Sport (Aia 20, Tallinn)

Koolitusel käsitletakse teemasid, mis on mõeldud kõikidele võimlemistreeneritele, liikumisjuhendajatele, tantsutreeneritele, kes soovivad oma teadmisi värskendada või ennast erialaselt täiendada. Koolitus annab vastavalt kohal viibitud ajale maksimaalselt 8 täiendkoolitustundi.

Korraldaja: Eesti Võimlemisliit
Koht: Reval Sport (Aia 20, Tallinn)
Koolitajad: Kersti Kull (Eesti Võimlemisliidu koolitaja, 7. kutsetase)
Heili Parras (Eesti Võimlemisliidu harrastusvõimlemise toimkonna juht, 4. kutsetase)
Kadri Jukk (Eesti Võimlemisliidu projekti- ja arendusjuht, 5. kutsetase)
Külaliskoolitaja: Hele-Riin Uib (tuntud naistrummar-löökpillimängija)
Tundide arv: 8 täiendkoolitustundi
Osavõtutasu: **80 €**
Soodustused:
Eesti Võimlemisliidu liikmesklubi liige – **70€**
Vanaduspensionär – **40€**

Registreerimine lingil: <https://forms.gle/9Un2tkp2U8kLXWNf6> kuni 30. oktoober

Osavõtutasu tasumine hiljemalt **3. november 2022** Eesti Võimlemisliidu A/A EE142200221002104505 (selgituseks EEVL täiendkoolitus ja osaleja nimi). Kui osaleja eest tasub klubi/organisatsioon, siis palume see registreerimisel selgelt välja tuua. Klubidele saadetakse arved enne koolituse toimumist.

Lisainfo: Kersti Kull kersti@eevl.ee

AJAKAVA (04.11.2023)

09.50 – 10.00 Registreerimine

10.00 – 12.00 „Vahenditehnika imeline maailm“

Põhitõed, meetoodika ja harjutused korrektse vahenditehnika omandamiseks ning õpetamiseks

12.15 – 13.45 „Kirjelduste koostamise ja lugemise meistrikläss“ (grupitöö)

Vahendiga ja vahendita harjutused- kirjelduse koostamine ja lugemine

NB! Oluline oskus võimlemisrühmadega tantsupeo või võimlemispidude protsessis osalemiseks.

LÕUNA*

*Võimlemine on võluv!
Gymnastics is magic!*



14.30 – 16.00 „Gymnastics for All ehk harrastusvõimlemine- Mis? Miks? Kellele?“

Mis on Gymnastics for All?

Harrastusvõimlemine Eestis- arengusuunad ja võimalused (arutelu, grupitöö)

Eesti sündmused, maailma sündmused, ühine infoväli

16.15 – 17.15 „Võimle või suuskadega“

Ebastandardised vahendid, ideid võimlemisvahenditeks ja kavadeks

17.15 – 18.00 „Teeme bändi!“

Keha, rütm, muusika, loovus, liikumine- just nii saad kokku enda kehapilli ja üheskoos teeme ägeda „kontserdi“ päeva mõnusaks lõpetamiseks. Sealjuures saad põnevaid ideid treeningprotsessi põnevamaks ja mitmekülgsemaks muutmiseks

(Külaliskoolitaja HELE-RIIN UIB)

*Lõuna ei sisaldu koolituse hinnas. Reval spordiklubis tegutseb Kohvik Braavo (<https://www.revalsport.ee/klubist/kohvik-braavo/>).

Koolitajatest

Kersti Kull – Võimlemismaailmas omab Kersti kogemusi nii võistlusvõimleja kui ka treenerina. Nüüd hiljem on ta võtnud südameasjaks koolitada treenereid, ning seda ikka selleks, et meile pärandatud armas võimlemise terminoloogia oleks hoitud ja kantud edasi meie treeneritele. Kersti omab 7. võimlemistreeneri kutsetaset ning seisab võimlemise eest kuuludes Eesti Võimlemisliidu juhatusse.

Heili Parras – Tallinna Ülikool Koreograafia BA, 4. taseme võimlemistreeneri kvalifikatsioon, läbinud Eesti Tantsuhuvihariduse liidu (ETHL) tantsijaõpetaja aastase koolitusprogrammi ja EOK täiskasvanud koolitaja programmi “Arengut toetav koolitaja”, osalenud Mentorina ETHL Mentorprogrammis, kogemusi nii tantsu- kui võimlemismaastikul, treeneritöö kogemus al. aastast 1996a, koostanud kavu nii võimlejatele kui tantsijatele, organiseerinud ideest teostuseni erinevaid võimlemis- ja tantsuüritusi. Heili on Eesti Võimlemisliidu harrastusvõimlemise toimkonna juht.

Kadri Jukk – Endine ilu- ja rühmvõimleja, kes on võimlemise juurde jäänud päevast, mil tegi oma esimese sammu võimlemissaali. Võistlusspordiga lõpetades hoidsid armsaks saanud võimlemismaailma juures teda edaspidi ja osaliselt siiani treeneritöö, võistluste korraldamine, võimlemispidude ning tantsupidude loomemeeskonnas osalemine ning soov selle kõige läbi võimlemismaailma arengusse enda panus anda. Kadri töötab igapäevaselt Eesti Võimlemisliidu projekti- ja arendusjuhina ning ühtlasi omab ka võimlemistreeneri 5. kutsetaset.

Hele-Riin Uib (tuntud naistrummar-löökpillimängija) - <https://helmusic.eu/about-me/>

*Võimlemine on võluv!
Gymnastics is magic!*