

# UDDANNELSESBEVIS



Thomas Lykke Sørensen

---

Periode: Marts 2025

## Træner 1

### Kursusindhold:

E-læring – svarende til 11 lektioner

- Trænerrollen
- Det motiverende træningsmiljø
- Børn og unges udvikling

Valgfrie e-læringskurser

- Spiseforstyrrelser i idrætten
- Unge, krop og trivsel (ADD)

Kursusdag – 9 lektioner

- Trænerrollen
- Idræt for børn og unge
- Planlægning og træning

Morten Mølholm Hansen  
Direktør  
Danmarks Idrætsforbund

---

Træner 1 kvalificerer til Træner 2. Træner 2 kvalificerer til at deltage på niveau 3 – Diplomtræneruddannelsen, såfremt et af Danmarks Idrætsforbunds specialforbund godkender din deltagelse.