

Opkvalificering til A-dommer

Kære B-dommere

Hvis I har været aktive inden for de seneste to år og føler interesse for at dømmе i de kommende år, er der mulighed for at komme til en A-prøve den 17. november.

Tidspunkt: lørdag den 17. november 2012 kl. 10.00-ca. 15.00

Sted: Århus Atlet Klub, Janesvej 2, 8220 Brabrand

Program:

- Kl. 10.00** Velkomst over en kop kaffe og kort gennemgang af dagens program
- Kl. 10.15** Regelgennemgang. Deltagerne medbringer selv de tekniske regler, som kan udskrives fra forbundets hjemmeside, og deltagerne forventes at have læst reglementet grundigt igennem inden kurset.
- Kl. 11.45** Deltagerne arbejder selv eller i grupper med en forprøve på, hvordan der kan stilles spørgsmål til en dommerprøve. Forprøven gennemgås til sidst.
- Kl. 12.30** Der serveres sandwiches eller lignende og lidt at drikke.
- Kl. 13.00** Praktisk gennemgang af de tre discipliner. Hvad skal man især holde øje med, når løftene bedømmes? Hvordan fortolkes reglerne i visse tilfælde? Diverse stævneskemaer til dommerbrug gennemgås. Kontrol af udstyr.
- Kl. 13.30** Teoretisk A-dommerprøve. Der er afsat 90 minutter til prøven.
- Kl. 15.00 Ca. Afslutning på dagens program.** Hvis tiden tillader det, vil I få resultatet af prøven på dette tidspunkt. Ellers sendes resultatet senest dagen efter.

Bemærk venligst: Medbring blyant og viskelæder, så deltagerne kan ændre i det skrevne undervejs. Læs det tekniske reglement. Til A-dommerprøven kan der stilles spørgsmål inden for hele IPF's regelsæt. Under prøven har du ingen hjælpemidler, men "opklarende" spørgsmål kan evt. stilles til den prøveansvarlige, som er undertegnede..

Regler for beståelse af en A-prøve:

Man skal opnå en beståelse score på 90 % eller mere både ved de skriftlige og praktiske eksaminationer. Den teoretiske prøve er udformet efter samme retningslinjer, som I kender fra B-prøven. – Kurset afvikles for den teoretiske dels vedkommende samtidig med et B-dommerkursus.

Praktisk prøve sker i forbindelse med et trekampstævne, hvor de, der har bestået den teoretiske prøve, vil blive sat til at dømmе, og hvor der vil ske en vurdering heraf. Dette aftales umiddelbart

efter den teoretiske prøve. Der skal være 25 forsøg i squat, 15 i bænkpres og 15 i dødløft. I bænkpres og dødløft vurderes kandidaternes løft først fra 2. forsøgene.

Kurset er gratis.

Tilmelding til Klaus Brostrøm, Aabrinken 41, 7700 Thisted (tlf. 9792 4617 – 2724 5002) – mail: klausbrostrom@gmail.com **senest den 1. november.**

På dommerudvalgets vegne
Klaus Brostrøm