

BØRNETRÆNER-SEMINARER

FANTASTISK FODBOLDSTART - FOR DE 5-7 ÅRIGE

Er du U5-, U6- eller U7-træner, og vil du gerne klædes på til at skabe en sjov og velstruktureret fodboldtræning? Så brug en aften på et DBU Jylland-seminar. Se mere her.

På seminarerne kan du få en praktisk smagsprøve på, hvordan man kan skabe en mønstertræning i de yngste årgange. En træning, som har høj kvalitet og uden lange køer.

Du får praktiske øvelseskort med hjem ligesom du vil få instruktørens helt egne øvelser sendt direkte til din mailboks.

Lær at involvere de øvrige forældre

På seminarerne vil du blandt andet komme med ud på græsset, hvor dagens instruktør vil vise, hvordan man kan gennemføre de forskellige øvelser i praksis.

Herefter vil du høre om og være med til at diskutere, hvordan man kan få de øvrige forældre til at bakke positivt om omkring fællesskabet, så man ikke selv står med hele arbejdsbyrden.

Du vil også få gode råd til, hvordan man fx kan håndtere højtråbende forældre på sidelinjen og de spillere, som bare hader at tabe.

Dette får du med hjem

Du får DBU Jyllands særlige årgangshæfter, praktiske øvelseskort i slidstræk plast, DBU's anbefalinger til børnefodbold og ikke mindst instruktørens øvelser, som du vil modtage i en mail efter seminaret.

Det koster 525 kr. at deltage på et af seminarerne, og inkl. i prisen er let forplejning og materiale.

Du kan se tilmeldingsfristen på det enkelte seminar ved at klikke på det – husk at pladserne afsættes efter først-til-mølle-princippet.

Yderligere info

Har du spørgsmål angående seminaret, kan du henvende dig til David Kiær Nielsen på mail dakj@dbujylland.dk.

BØRNETRÆNER-SEMINARER

LÆR SJOV OG UDVIKLENDE BØRNETRÆNING - FOR DE 8-12 ÅRIGE

Målgruppen er U8- til U12-børnetrænere, når DBU Jylland blænder op for en række seminarer, hvor fokus er på sjov, teknisk og motorisk træning, som tager hensyn til det enkelte barn. Et enkelt af seminarerne er specifikt målrettet pigetrænere.

For at blive en rigtig god U8- til U12-træner skal man have nogle helt særlige trænerfærdigheder.

Netop disse årgange er nemlig blandt dem, hvor udviklingen sker allerhurtigst – og hvor nogle af spillerne udvikler sig meget hurtigt, er andre lidt længere tid om det.

På en række DBU Jylland-seminarer i foråret, kan du blive klædt på til at skabe den bedst mulige træning til de 8- til 12-årige.

Blandt andet vil du lære, hvordan du kan vurdere den enkelte spillers niveau. Når du kan det, bliver det nemlig lettere at udvikle den enkeltes tekniske og motoriske færdigheder. Seminaret byder også på helt konkrete øvelser – lige til at tage i brug hjemme i klubben.

Der bliver også tid til at erfaringsudveksle, diskutere og inspirere hinanden.

Det koster 575 kr. at deltage på et af seminarerne, og inkl. i prisen er let forplejning og materiale. Du får således både DBU Jyllands særlige årgangshæfter ligesom instruktøren vil sende øvelserne direkte til din mailboks. Herudover modtager du DBU's anbefalinger til børnefodbold.

Du kan se tilmeldingsfristen på det enkelte seminar ved at klikke på det – husk at pladserne afsættes efter først-til-mølle-princippet.

Yderligere info

Har du spørgsmål angående seminaret, kan du henvende dig til David Kiær Nielsen på mail dakj@dbujylland.dk.

C-LICENS KURSER

BØRNEFODBOLDENS BASIS - ALDERSRELATERET TRÆNING FOR 5 – 8 ÅRIGE

Det ideelle startkursus for alle børnetrænere! Lær mere om god træning i et børnevenligt miljø.

Hvornår er børn klar til at lære hvad? Hvordan finder du de rette øvelser? Hvordan tackler du børn på samme alder, men på forskellige niveauer? Få svarene her.

Målgruppe

Børnetrænere - aldersgruppe:

U 5-8

På kurset lærer du om

- Hvordan du organiserer og afvikler børnetræning som stationstræning med fokus på spillerudvikling
- Hvordan en dygtig børnefodboldtræner kan se ud
- Hvordan DBU's Holdning og Handlinger udmøntes til træning og til kamp
- 'Byggeklodser' i fodboldspillet
- Hvordan du involverer forældrene
- Hvad du skal være obs på, når du er træner for dit eget barn

Varighed

6 timer

Kurset kan også deles i to moduler, f.eks. over to hverdagsaftener/træningsgange.

Pris

Kr. 1.800,- for et klubkursus + kr. 140,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale).

Kr. 450,- pr. kursist for et åbent kursus (inkl. kursusmateriale og forplejning).

Se også kurset '[Ung og Træner for første gang](#)' for helt unge trænere, hvor 'Børnefodboldens Basis' indgår.

C-LICENS KURSER

FODBOLD OG MOTORIK

Kan dine spillere slå en kolbøtte? Kan de hoppe på ét ben?

Bliv klogere på børns motoriske udvikling og hvordan du som træner stimulerer denne udvikling bedst muligt, så den enkelte spiller får den bedste basis for at kunne lære at spille fodbold nu - og fremover.

Målgruppe

Børnetrænere - aldersgruppe:

U 6-11

På kurset lærer du om

- Praktisk motorisk træning
- Introduktion af motorisk iagttagelseskema
- At tilrettelægge og afvikle motoriktræning, der tilgodeser den enkelte spiller i samspil med kammeraterne/medspillerne

Varighed

3 timer

Pris

Kr. 1.300,- for et klubkursus + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale).

Kr. 250,- pr. kursist for et åbent kursus (inkl. kursusmateriale og forplejning).

C-LICENS KURSER

LEG DIG TIL LANDSHOLDET

Smil, sjov og fællesskab - kendetegner en god leg, som fodbold er, når man er barn.

Leg og glæde er en vigtig del af det at spille fodbold. Brug legen som det bærende element i indlæringen af forskellige (fodbold)færdigheder hos børn. Leg kan være mange ting og kan tage mange former, men fantasien og glæden er altid det bærende element.

Målgruppe:

Børnetrænere - aldersgruppe

U 6-11

På kurset lærer du om

- At fodbold er en leg MED bold(e)
- Lege og konkurrence i relation til fodbold
- Hvorledes legen kan gøres til et bærende element i træningen

Varighed

3 timer

Pris

Kr. 1.300,- for et klubkursus + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale).

Kr. 250,- pr. kursist for et åbent kursus (inkl. kursusmateriale og forplejning).

Se også kurset '[Ung og Træner for første gang](#)' for helt unge trænere, hvor 'Leg dig til landsholdet' indgår.

C-LICENS KURSER

ØVELSESGENERATOREN

Hvor dygtige er dine spillere? Find den øvelse, der passer til dem!

Vil du som træner udvikle dig, så du kan målrette din træning efter, hvad du ønsker at lære spillerne, så er Øvelsesgeneratoren et godt sted at starte.

Målgruppe

Børnetrænere - aldersgruppe:

U 6-15

På kurset lærer du om

- Et redskab til udvikling og tilpasning af egne øvelser, som rammer præcis det, du vil træne
- Hvordan man tilpasser sine øvelser til spillernes alder og niveau
- At den samme øvelse ofte kan bruges til at træne mange forskellige ting

Varighed

3 timer

Pris

Kr. 1.300,- for et klubkursus + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale).

Kr. 250,- pr. kursist for et åbent kursus (inkl. kursusmateriale og forplejning).

C-LICENS KURSER

SPILFORSTÅELSE - HVOR SKAL JEG LØBE HEN

"Løbe i hul" - "løbe i dybden" - "Spilles fri" - Hvad er det nu lige, det er for noget?

De første skridt inden for det taktiske område. Her fokuseres på, hvordan man træner i at have bolden og spille sammen som et hold.

Målgruppe

Børnetrænere - aldersgruppe:

U 9-13

På kurset lærer du om

- At træne, hvilke muligheder der er for at spille og modtage bolden
- At gøre brug af VIS - forklar - VIS metoden
- At gøre brug af coaching som metode
- Hvor stor betydning spillernes sparkefærdigheder og 1. berøring har for, at de kan spille sammen

Varighed

3 timer

Pris

Kr. 1.300,- for et klubkursus + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale).

Kr. 250,- pr. kursist for et åbent kursus (inkl. kursusmateriale og forplejning).

C-LICENS KURSER

ALDERSRELATERET TRÆNING FOR 9-14 ÅRIGE

Her kan du som træner samle trådene inden for den periode, hvor børnene går fra at lege til at træne.

Det er et meget alsidigt og bredt kursus, som tager sit udgangspunkt i bogen: 'Aldersrelateret træning - Bind 1'.

Målgruppe:

Børne- og ungdomstrænere - aldersgruppe:

U 9-14

På kurset lærer du om

- Læringsmiljø/udviklingsmiljø - Det gode fodboldmiljø
- Stationstræning
- Differentiering vs. selektering
- Træneradfærd
- Spillerudvikling
- Træningsmængde

Varighed

12 timer

Afvikles over 3 gange med instruktørbesøg i klubben med ca. en måned imellem hvert besøg

Pris

Kr. 3.900,- for et klubkursus + kr. 140,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale)

Kr. 850,- pr. kursist for et åbent kursus (inkl. kursusmateriale og forplejning).

C-LICENS KURSER

TEENAGETRÆNING - DET HANDLER OGSÅ OM ANDET END FODBOLD

Er det svært at fastholde interessen for fodbold hos de 13-19 årige i klubben? Har I samme tilbud til den aldersgruppe som til alle andre?

Så er det måske en idé at ryste posen og få et bud på, hvad der kan virke i netop din klub?

Aktiviteter tiltrækker, relationer fastholder. Dette kursus giver viden om og inspiration til træning af U13 til U19 drenge og piger.

Målgruppe:

Børne- og ungdomstrænere - aldersgruppe:

U 13-19

På kurset lærer du om

- At kunne give de unge et endnu mere kvalificeret fodboldtilbud på baggrund af en øget indsigt i deres liv
- At kunne se mulighederne for at inddrage de unge spillere i organiseringen af aktiviteterne
- Overvejelser, om det også er et projekt, der handler om andet end at vinde på lørdag!
- At give de unge spillere ansvar

Varighed

6 timer

Pris

Kr. 1.800,- for et klubkursus + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale).

Kr. 450,- pr. kursist for et åbent kursus (inkl. kursusmateriale og forplejning).

C-LICENS KURSER

MASSER AF MÅL - AFSLUTNINGSTEKNISKE FÆRDIGHEDER

Skal man være en stor egoist for at være en god afslutter? Skal man være spækket med selvtillid? Eller være en ener?

Er man født med målnæse? Kan alle lære at lave mål? Kan man træne sig bedre som afslutter?

Under mottoet "Jeg skal lave mindst 100 mål - om ugen!" kan du lære spillerne hemmeligheden bag succesfulde afslutninger. Hvilke sparketeknikker skal de kunne, hvilke spillere egner sig bedst som afsluttere og hvad skal der trænes mest i?

Intensiv, individuel afslutningstræning giver resultater - og mål.

Målgruppe:

Børne- og ungdomstrænere - aldersgruppe:
U 9-19

På kurset lærer du om

- Hvordan du spotter en spiller med afslutter-potentiale
- Sparketekniske færdigheder og øvelser dertil
- Fordelene ved repetition
- Hvordan spillerne introduceres for og trænes i glæden at lave mål
- Træning i relevante og let genkendelige scenarier
- Analysefakta omkring målscoreinger

Varighed

6 timer

Pris

Kr. 1.800,- for et klubkursus + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale).

Kr. 450,- pr. kursist for et åbent kursus (inkl. kursusmateriale og forplejning).

C-LICENS KURSER

FODBOLDSKADER - KAN DE UNDGÅS?

Hvad gør jeg ved en forstuvet fod? Og hvordan undgår jeg skaden fremadrettet? Lær mere om, hvordan du behandler en skade (førstehjælp) - men også hvordan du kan forebygge skader.

Kurset henvender sig til dig, der træner børn, unge og voksne på alle niveauer, som har interesse i at erhverve dig viden om forebyggende træning, så du kan undgå skader. Derudover gives indsigt i, hvad du gør, når skaden opstår, så du kan yde den rigtige førstehjælp samt starte den efterfølgende genoptræning af spilleren.

På kurset veksles mellem teori og praksis, så du får gode og relevante øvelser med hjem til det daglige arbejde med holdet. Der udleveres materiale om idrætsskader og strækøvelser. Kurset afvikles af en autoriseret fysioterapeut med tilknytning til fodboldmiljøet.

Målgruppe

Alle trænere, holdledere, m.fl.

På kurset lærer du om

- Den akutte skadesbehandling (førstehjælp)
- Genoptræning af en skade
- Hvordan undgår man skader?
- Balance- og styrketræning i teori og praksis
- Hvornår kulde og varme bruges som behandling

Varighed

3 timer

Pris

Kr. 1.300,- for et klubkursus + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale).

Kr. 250,- pr. kursist for et åbent kursus (inkl. kursusmateriale og forplejning).

C-LICENS KURSER

UNGDOMSKAMPLEDER - UDENDØRS

For ledere af 5- og 7-mandskampe.

Kurset er målrettet dig, som gerne vil dømme 5- og 7-mands kampe hjemme i klubben.

Målgruppe

Alle forældre, oldboysspillere, trænere, holdledere, m.fl.

På kurset lærer du om

- Gennemgang af 5- og 7-mands reglerne
- Praktisk dommer-/kampledergerning
- Info om den strukturerede dommeruddannelse

Varighed

3 timer

Pris

Kr. 1.300,- for et klubkursus + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale).

Kr. 250,- pr. kursist for et åbent kursus (inkl. kursusmateriale og forplejning).

C-LICENS KURSER

M0-TRÆNER - GRUNDLÆGGENDE MÅLMANDSTRÆNING

Får målmanden ingen særlig træning? Ønsker du at få redskaber til også at kunne udvikle målmanden?

Kurset henvender sig til dig, der træner børn, unge og voksne på alle niveauer, og som har interesse for målmandens teknik og opgaver.

Målgruppe

Alle trænere, holdledere, m.fl.

På kurset lærer du om

- Målmandsspillet ved at gennemgå målmandens basale færdigheder, roller og opgaver
- Tilrettelæggelse og afvikling af målmandstræning, både mht. målmandens specialtræning og som værende en del af holdet
- At vise teknisk målmandstræning
- Introduktion af målmandsanalyse
- Hvorfor det er vigtigt, at målmanden også er dygtig med fødderne og at målmanden har en bred spilforståelse
- At tilrettelægge træning målrettet til målmanden, som vil opleve:
 - personlig teknisk målmandstræning
 - målmandstræning i samspil med holdet
- Målmandens rolle og taktiske opgaver
- Fysisk træning for målmanden

Varighed

3 timer

Pris

Kr. 1.800,- for et klubkursus + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale).

Kr. 450,- pr. kursist for et åbent kursus (inkl. kursusmateriale og forplejning).

C-LICENS KURSER

STORE TRÆNERDAG

Kr. Himmelfartsdag er der tradition for at samle over 500 trænere fra hele landet til et heldagsarrangement i hovedstadsområdet med input fra nogle af landets topfodboldfolk.

Her får du muligheden for at få en super hyggelig og samtidig fagligt udbytterig fodbolddag sammen med dine trænerkolleger.

En række dygtige trænere viser deres bedste træning på banen - herunder har blandt andre landstræner Morten Olsen, SAS Liga-træner Troels Bech og landsholdets angrebstræner Ebbe Sand tidligere været på programmet.

Jimmi Jacobsen, der til daglig er træner for Horslunde BK fra Lolland-Falsterserien, fik noget med hjem i 2012:

- Nu har jeg ikke ligefrem en Xavi eller Messi på mit hold, men tankegangen og strukturen i øvelserne kan bruges på alle niveauer. Samtidig er det fedt med ny inspiration, så man ikke bare gentager sin træning.

Du kan slutte dagen af i Parken, hvor der spilles pokalfinale i DBU Pokalen.

C-LICENS KURSER

STORE TRÆNERTRÆF

På Store Trænertræf kan du få bunkevis af inspiration til den kommende sæson for både børn, unge og seniorer.

Konkrete træningsøvelser for forskellige aldersgrupper og niveauer samt teoretisk viden – alt sammen i én pakke.

Programmet spænder over en fredag/lørdag i det sene efterår vest for Storebælt og der er mulighed for at overnatte i forbindelse med kursusstedet.

Weekendens forløb er et tætpakket program med kompetente oplægsholdere. Tidligere har blandt andre U21 landstræner Morten Wieghorst samt SAS Liga-trænerne Glen Riddershold og Johnny Mølby være på programmet, ligesom også børne- og ungdomstrænere får masser af inspiration og værktøjer.

Foruden inspiration, netværk og oplevelser får du også materiale med dig hjem. Omkring 200 trænere fra hele landet deltager i Store Trænertræf, så bered dig på en travl weekend med masser af indtryk.

INSPIRATIONSKURSER

KOORDINATIONSTRÆNING

Inspirationskursus for trænere af 9-årige og ældre.

På kurset lærer du om

- Vise koordinationstræning
- Give viden om koordinationstræning eksemplificeret via praktikken på banen
- Give viden omkring koordinationstræning – primært bevægelsesskoling med bold
- Introduktion til instruktionsmetode under boldteknisk træning

Varighed

3 timer

Pris som klubkursus

Kr. 2.500,- + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale)

INSPIRATIONSKURSER

TEKNISK FODBOLDTRÆNING

Inspirationskursus for trænere af 8-9 årige og ældre.

På kurset lærer du om

- At kortlægge instruktionsmomenter ved boldteknisk træning
- At introducere instruktionsmetode under boldteknisk træning
- Introduktion til metoden vis – forklar – vis
- Opleve træning i fodboldtekniske færdigheder – med den enkelte spiller i centrum
- Vise den formelle og funktionelle fodboldtekniske træning med fokus på maks. 2 boldtekniske færdigheder

Varighed

3 timer

Pris som klubkursus

Kr. 2.500,- + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale)

INSPIRATIONSKURSER

TAKTIK OG COACHING

Inspirationskursus for trænere af 12-årige og ældre

På kurset lærer du om

- At vise nogle taktiske færdigheder – individuelle og kollektive
- At vise taktisk træning med fokus på coachrollen.
- Introduktion til coaching, som egner sig godt til at udvikle spilforståelse
- At vise den individuelle og kollektive taktiske træning
- Introduktion til spillestilsbolden som et værktøj til at tage udgangspunkt i, når den taktiske træning skal tilrettelægges.

Varighed

3 timer

Pris som klubkursus

Kr. 2.500,- + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale)

INSPIRATIONSKURSER

STATIONSTRÆNING PÅ TVÆRS

Lær at inkludere flere spillere i den daglige træning - til glæde og gavn for alle i klubben. Styrker klubfølelsen og fællesskabsfølelsen hos børnene.

Stationstræning på tværs - af alder og køn

På kurset lærer du om

- At vise det træningsmiljø, der tilgodeser ALLES udvikling
- At opleve stationstræning på tværs i praksis
- At perspektivere det gode træningsmiljø med stationstræning som middel
- Fakta omkring stationstræningens fremme af både spillerudvikling og klubfølelse
- At træne på tværs af køn, årgange og niveauer

Varighed

3 timer

Pris som klubkursus

Kr. 2.500,- + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale)

INSPIRATIONSKURSER

DEN RØD-HVIDE FODBOLDTRÅD

DBU's spillerudviklingsmodel inklusiv niveaudeling i børnefodbold.

På kurset lærer du om

- At træne i at anvende spillerudviklingsmodellen
- At perspektivere spillerudvikling ud fra de forskellige aldre
- At vise, at læring og træning hænger sammen, hvis spillerudvikling skal lykkes
- At perspektivere, at inddragelse, overraskelse og forstyrrelse er vigtige elementer i spillerudvikling
- At træne i at bruge og tilpasse med de 10 gode læringsråd
- At kende forskel på niveaudeling og selektion
- At træne i at bruge fleksibel niveaudeling 25 - 50 - 25 % reglen

Varighed

3 timer

Pris som klubkursus

Kr. 2.500,- + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale)

INSPIRATIONSKURSER

INDENDØRSTRÆNING

Inspirationskursus for trænere af 8 årige og ældre.

På kurset lærer du om

- At forevise indendørs træning med mange boldberøringer til ALLE gennem både småspil og udfordrende boldleg
- At introducere til, at der gives andre aktivitetsmuligheder, når træning er indendørs
- At forevise og redegøre for konkrete gode spil og boldlege
- At fokusere på det boldtekniske
- At bibringe kursisterne forståelsen for boldteknisk træning
- At introducere til, at spildesigne både alene, sammen med sine spillere og med en trænerkollega
- At give fodboldlektier for
- At udnytte indendørsfaciliteterne optimalt
- Bevidst at tage stilling til, hvad den ene træningstime pr. uge skal bruges til
- At instruktøren tilpasser praktikken efter alder og deltagere
- At informere om kursus- og uddannelsesmuligheder og gerne stævne- og turneringsmuligheder

Varighed

3 timer

Pris som klubkursus

Kr. 1.300,- + 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale)

INSPIRATIONSKURSER

FODBOLDPIGER

Forstå dig på dine fodboldpiger (9 år og ældre).

På kurset lærer du om

- Ligheder og forskelle mellem drenge og piger, som er af stor gevinst at tage hensyn til under og efter puberteten
- At medbestemmelse i en vis grad er med til at skabe varig fodboldinteresse
- At vise en fodboldtekniske træning med dynamiske øvelser, hvor tre spillere er involveret
- At de fodboldtekniske færdigheder er uafhængige af køn
- At opleve træning af piger
- Dialog omkring de sociologiske ligheder og forskelle mellem drenge og piger
- At give viden om de biologiske ligheder og forskelle mellem drenge og piger

Varighed

3 timer

Pris som klubkursus

Kr. 2.500,- + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale)

INSPIRATIONSKURSER

VELKOMMEN I FODBOLDKLUBBEN

Hvad er fodbold for forældrene? Hvad er fodbold for børnene? En introduktion for både børn og forældre til foreningslivet i fodboldklubben.

Hvad gør fodbold til en god oplevelse? Hvad kan der forventes af klubben, forældrene, spillerne?
Hvad kan forældrene bidrage med?

Målgruppe

U6, U7, U8

På kurset lærer du om:

- Hvordan børn og forældre kan gå til fodbold sammen
- Hvordan børn og forældre kan få en god oplevelse sammen på banen
- Hvad det vil sige at være med i en fodboldklub
- Hvorfor det er vigtigt med forældreopbakning og -involvering

Varighed

3 timer

Pris

Kr. 1.300,- for et klubkursus + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale)

Downloads



[Invitation](#) [750 KB]



[De 10 forældrebud](#) [70 KB]



[Trænerstart](#) [2,1 MB]

INSPIRATIONSKURSER

KAMPLEDER 11-MANDS

Inspirationskursus for forældre, tilskuere, spillere, trænere og ledere samt dommere, der ikke har virket aktivt i mindst tre år.

Få indsigt i fodboldloven.

Du får ikke en dommeruddannelse, men kurset er tænkt som en mulighed for at klæde dig på til at kunne lede fodboldkampe ved en gennemgang af de basale fodboldregler.

Kurset er relevant for alle i fodboldfamilien. Lige fra trænere til spillere og forældre.

På kurset lærer du om

- Kamplederens rolle og virkemidler
- Kamplederens pligter og rettigheder
- Quiz - test
- Kommunikation
- Praktisk dommergerning
- Holdning og væremåde
- Evaluering og afslutning

Varighed

3 timer

Pris som klubkursus

Kr. 2.500,- + kr. 75,- pr. kursist (inkl. kursusmateriale) **Bemærk: Gratis i 2013.**