

# SFM-NYT

## Intro:

### **Første weekend i oktober samt weekenden inden skolernes påskeferie!**

Det er her, du kan opfriske dit pensum OG forny dit instruktørbevis. Disse 2 weekender har nu i flere år ligget fast som de dage, der er SFM-seminar. Det er derfor muligt at planlægge laaaaaangt ud i fremtiden, hvornår du har behov for at forny dit certifikat.

Her i "indkøringsperioden", og indtil vi er sikre på, at alle har haft en fair chance for at opdage, at reglerne er "strammet", er vi selvfølgelig en smule large med udløbsdatoerne på certifikaterne. MEN vi strammer langsomt skruen. Det er HAMRENDE vigtigt, at vi er i stand til at kunne præstere et ensartet pensum landet over, og det kan vi kun ved, at vi samles, og får høvlet knasterne af en gang i mellem.

Det betyder også, at man ikke lige kan kigge indenfor et par timer på et af seminarerne, for at få en snak og et nyt certifikat. Det siger næsten sig selv, at der ikke er meget genopfriskning af pensummet over sådan et besøg.

Vi har også for overskuelighedens skyld valgt at lægge seminarerne i Vejle for en periode og næste års seminars kan du allerede se datoen på under kursus.

## Kursus:

Hovedformålet med at afvikle de 2 årlige SFM-seminare er:

1. *At der er mulighed for at opfriske pensum.*
2. *At der er mulighed for at gå til inst. prøve, og at der er mulighed for at forny sit inst. certifikat. (OBS! Kan kun fornys ved at deltage i et seminar).*
3. *At der er mulighed for at udvide sin horisont, ved at lære om andre former for kampsport, førstehjælp og meget mere.*
4. *At der er mulighed for at udveksle erfaringer instruktørerne imellem.*

28 + 29 marts 2009 afholdes seminar på adr.: V. Sønderåen 1, 7100 Vejle.

03 + 04 oktober 2009 afholdes seminar samme sted.

Programmer vil blive lagt på hjemmesiden ca. 1 md. Før seminarerne.

Forårets og efterårets seminarer 2008 er forløbet super godt. På forårsseminaret blev udendørs reaktionsbane taget op som tema, hvilket der var megen positiv respons på. Et kritikpunkt var dog, at der som regel var for lidt tid til at gennemgå guldpensummet eller at der reelt blev "slyttet" nogle øvelser p.g.a. tidsnød. Dette rettede vi op på i efterårets seminar, hvor vi lagde ud med guldet lørdag, og sluttede med bronze søndag.

En positiv oplevelse har også været, at vi nu ikke bruger så meget tid på at diskutere øvelserne, men nu bruger tiden på reel gennemgang. (Nu må det endelig ikke forstås sådan, at jeg ikke synes, de snakke vi har haft om de enkelte øvelser, ikke har været konstruktive men, at jeg tager det som udtryk for, at vi har overstået den store spredning vedr. fortolkningen af øvelserne.)

Førstehjælp har vi også haft på som tema en gang om året de sidste par år, og på sidste kursus var der en god snak om at udvide timerne lige netop i dette emne.

Joan fra Sønderborg har fremsendt ønske om, at der bliver lagt fokus på emnet opvarmning, jeg skal gøre hvad jeg kan, for at skaffe en spændende underviser på feltet.

Kim Bjerre Trolle  
Petershøjvej 22  
7100 Vejle  
Tlf. 75 82 82 97 – 26 828 297  
[ktrolle@tunet.dk](mailto:ktrolle@tunet.dk)

10-12-2008

<http://www.selvforsvarsmaerket.dk>.

Har du ønsker eller emneforslag til seminarerne, er du meget velkommen til at sende dem til mig.

### **Selvforsvarskursus i beredskabsforbundet 2008 + 2009.**

Jeg var igen i år et smut forbi Frøslevlejren, og igen var det en god oplevelse. Målrettede elever og en kanon god underviser. Marianne Gandrup har, som tidligere nævnt i SFM-NYT, overtaget dette ugekursus som underviser. Jeg ved, at der er mange ting som forekommer næsten uovervindelige, når man skal være på som underviser en hel uge, specielt hvis man ikke har prøvet det før, men jeg kunne forstå på alle deltagerne, at Marianne havde klaret det til UG (Jeg havde såmænd heller ikke forventet andet ☺).

I 2009 afholdes kurset på følgende datoer:

01 maj til 09 maj 2009

Tilmelding til:

Else Højsager – 75 558 062

Marianne Gandrup – 26 504142

Programmet bliver lagt på hjemmesiden, når det er klart!

***OBS! Du har på dette kursus også mulighed for at forny dit instruktørbevis! OBS!***

### **Hjemmesiden:**

Adressen er: [www.selvforsvarsmaerket.dk](http://www.selvforsvarsmaerket.dk).

Her finder du, som kommende eller uddannet instruktør, mange nyttige informationer og formularer som du frit kan benytte i dit daglige arbejde/undervisning.

Siden bliver løbende opdateret bl.a. med SFM-nyt, referater af rådsmøderne mm.

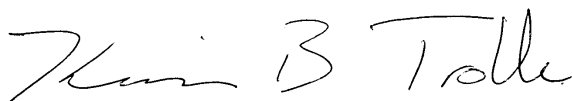
Du har også mulighed for eksempel at få SFM- relaterede aktiviteter lagt ind på siden, eller få en notits i SFM-nyt

Har du forslag til forbedringer eller ændringer, er du velkommen til at sende dem til mig eller til Jesper ([jesper@selvforsvarsmaerket.dk](mailto:jesper@selvforsvarsmaerket.dk)), som varetager siden. Joan fra Sønderborg har spurgt efter en bedre fotoside. Vi arbejder på det ☺

**Mangler du** mærker, diplomer, instruktørbøgerne eller andet, så bestil det endelig ved SFM - ekspeditionen! (SFM-ekspeditionen v. Thorkild Larsen, Engvej 15, 9500 Hobro, tlf. 98 52 57 99  
E-mail: [thorkild@selvforsvarsmaerket.dk](mailto:thorkild@selvforsvarsmaerket.dk) Bank: Spar Nord 9190 250580870).

Se priserne på hjemmesiden.

Mange hilsner



Kim Trolle - Formand SFM