

Inbjudan till utbildning

# ”Friidrott 7-10 år”

Kursen ”Friidrott 7-10 år” ger en introduktion för dig som leder friidrottsträning för barn upp till 10år och handlar framför allt om att ge kursdeltagaren en verktygslåda som ger goda förutsättningar att bygga upp en bra friidrotts-verksamhet för barn där introduktion av friidrottens löp-, hopp- och kastgrenar kombineras med lekar, stafetter, hinderbanor samt gymnastik- och styrkeövningar. Kursupplägget bygger på **två heldagar**, för att ge kursdeltagarna tid att arbeta med hemuppgifter, reflektera över sitt ledarskap och observera situationer som uppstår i barngruppen.

**O.B.S. för att få del idrottslyftsbidrag är obligatoriska att genomföra SISU idrottsutbildarnas webbutbildning. Som är en introduktionsutbildning för tränare. Distansutbildningen ska göras innan 2:a dagen. Länk till webbutbildning** https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/sisuiu/tranare/pw/Introduktionsutbildning-for-tranare/

## Förkunskaper

Inga förkunskaper behövs. Kursen bygger på att jobba i team, därför ser vi gärna att kursdeltagarna ingår i team och att hela teamet går utbildningen. Även enskilda tränare/ledare är välkomna.

## Datum och plats

**Göteborg Lördag 3 okt & 7 nov**

Kl. 9.00–16.00 båda dagarna i Friidrottens Hus (nära Frölundaborg vid Slottsskogsvallen)

## Anmälan

**Senast 24 sep** På hemsidan www.ucvast.se . Följande uppgifter behövs namn, adress och e-mail hela personnumret på kursdeltagaren och ev. matallergi. Maxantal 25st och först till kvarn gäller.

## Ledare

Erfarna ledare från Västsverige

## Kostnad

I priset ingår boken ”Friidrott 7-10 år”, måltider och fika. **Nettokostnad/deltagare** som genomför utbildningen är **550 kr.** UC Väst söker Idrottslyftsbidraget på 600 kr och RF betalar sedan ut bidraget direkt till er förening. Efter avlutad kurs fakturerar UC Väst deltagaravgiften och hela Idrottslyftsbidraget 1150kr. **O.B.S. för att få del idrottslyftsbidrag är obligatoriska att genomföra SISU idrottsutbildarnas webbutbildning. Som är en introduktionsutbildning för tränare. Distansutbildningen ska göras innan 2:a dagen. Länk till webbutbildning** https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/sisuiu/tranare/pw/Introduktionsutbildning-for-tranare/

## Upplysning

Oskar Greilert 076-842 64 38 oskar.greilert@live.se

**Kom träningsklädda.**

# Välkomna!

SVENSK FRIIDROTT

SISU Idrottsutbildarna

FRIIDROTT UCVÄST ucvast.se