



Inbjudan till utbildning

"Friidrott 10-12 år" - Steg 1

Detta är första steget i den nya utbildningsstegen "Grundträning i Friidrott 10-14 år" som består av två kurser, "Friidrott 10-12 år" - Steg 1 och "Friidrott 12-14 år" - Steg 2, som vi rekommenderar att man går under den period man tränar/leder ungdomar som är mellan 10 och 14 år.

Kursupplägget "Friidrott 10-12 år" - Steg 1 bygger på **tre heldagar** där praktik blandas med teori. Under utbildningen används boken Grundträning i Friidrott 10-14 år.

"Friidrott 10-12 år" – Steg 1 (3 dagar) arrangeras av FU Väst (UC Väst). Utbildningen ska ge tränare/ledare teoretiska och praktiska kunskaper om hur man kan lägga upp en utvecklande friidrottsverksamhet före och under puberteten.

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

Friidrottens Hus Göteborg

Lö-sö 11-12 mars & lö 1 april. Alla dagar start kl. 9.15 och slutar före kl. 17.00

Anmälan

Senast 2 mars Följande uppgifter behövs namn, adress och e-mail hela personnumret på kursdeltagaren och ev. matallergi. Maxantal 15st och först till kvarn gäller.

Kostnad

I priset ingår kurslitteratur "Grundträning i 10-14 år", måltider.

Nettokostnad/deltagare som genomför hela utbildningen är **850 kr**. FU Väst (UC Väst) söker Idrottslyftsbidraget på 1400 kr och RF betalar sedan ut bidraget direkt till er förening. Efter avslutad kurs fakturerar FU Väst deltagaravgiften och hela Idrottslyftsbidraget 2250 kr.

Ledare

Erfarna ledare från Västsverige

Upplysning

Anders Gren 073-650 60 75

anders.gren@goteborgfriidrott.se Kom träningsklädda.

Välkomna!