



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 tre kurser som vi rekommenderar att man går under den period man tränar/leder ungdomar som är mellan 10 och 14 år. Kursupplägget bygger på **tre heldagar** där praktik blandas med teori. En Löp, hopp och kastdag.

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

Steg 2 - ”Grundtränarutbildning nivå 1” (GTU 1) arrangeras av SISU Idrottsutbildarna i varje distrikt. Innehållet kretsar kring träningslära och tränarskap och ger möjlighet till nätverksbyggande mellan idrotter, för att ta tillvara olika kunskaper och erfarenheter inom ungdomsidrott.

Steg 3 - ”Friidrott 12-14 år” (tre dagar) arrangeras av UC Väst. Fortsättning på Steg 1 med ytterligare teori och praktik om utvecklande friidrottsverksamhet för ungdomar i 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

Göteborg lördag 30 sep, 14 okt och 25 nov.

Samling kl. 9.00–16.00 alla tre dagarna i Friidrottens Hus

Ledare

Erfarna ledare från Västsverige

Anmälan

Senast 20 sep. Du anmäler direkt på hemsidan www.ucvast.se klicka på utbildningar och anmäl här. **O.B.S. Vi behöver namn, mailadress, hela personnumret på kursdeltagaren och ev. matallergi.** Bekräftelsen på att du anmäld hittar du under deltagare på hemsidan. Max 30st.... först till kvarn gäller.

Kostnad

I priset ingår den boken ”Grundträning i friidrott 10-14 år” och två medföljande DVD-filmer, måltider och fika.

Nettokostnad/deltagare som genomför hela utbildningen är **500 kr**. UC Väst söker Idrottslyftsbidraget på 1400 kr och RF betalar sedan ut bidraget direkt till er förening. Efter avslutad kurs fakturerar UC Väst deltagaravgiften och hela Idrottslyftsbidraget 1900 kr.

Upplysning

Anders Gren 073-650 60 75 anders@ucvast.se
Kom träningsklädda.

Välkomna!