



Välkomna till höstens Friidrottsläger

29 november – 1 december 2013

UC Småland friidrott och Riksfriidrottsgymnasiet i Växjö

bjuder in aktiva **födda 1995-99** och deras tränare till ett läger i Växjö den **29 november-1 december 2013**.
Även tränare utan aktiva är välkomna att vara med.

Lägret är till för alla friidrottande ungdomar i Småland och Blekinge (oavsett vilka resultat du har eller nivån på dina ambitioner). Vi ser gärna att tränaren till den aktive följer med och är med i olika aktiviteter som en fördjupning i sin tränarroll. UC-Småland vill ha dialog med dig som tränare, bygga nätverk och skapa förutsättningar till framtida uppföljningsverksamhet. För **kasttränare** kommer en utbildning i de olika kasten att äga rum under helgen därför vill vi att när ni anmäler meddelar vilken åldersgrupp ni är tränare för. Ny utbildning från kastarprojektet.

Instruktörer är FIG Växjös tränare Jonas Mellblom, kast, Per Karlsson, kast, Håkan Widlund, sprint/häck, David Stridfeldt, medel/lång, Cai Bolö, hopp och Ingela Nilsson, hopp. Söndagens pass kommer ledas av några aktiva i Växjös friidrottsmiljö.

Tid/Plats är samling den 29 nov kl 19.00 i Telekonsult Arena för att avsluta söndagen den 1 dec kl 13.00.

Deltagaravgiften är 1300 kr/aktiv och 1600 kr/ tränare. I detta pris ingår logi (Scandic Växjö), mat och aktiviteter enligt program. Lägret faktureras din förening. Efter genomfört läger betalas 600 kr/ungdom 15-19 år och 1200 kr/tränare till din förening från SFIF/RF idrottslyft.

Kallelse/Program kommer att skickas ut en vecka innan.

[Anmäl dig här](#) eller till lana.larsson@smalandsidrotten.se, **senast 14 november** kom ihåg att ange kurs nr, namn, personnummer, förening samt mailadress. Ange i anmälan **vilken grengrupp** du vill vara med i under helgen!

Frågor angående lägret och utbildning kan ställas till Ingela Nilsson, 070-349 92 77 eller Michael Ostrelus, 070-458 06 70.

Friidrottslägret är en aktivitet inom Projektet Friidrott i samverkan Småland/Blekinge.

VÄLKOMNA!!

Kurs nr: 368103-716:019

Smålands Friidrottsförbund
Michael Ostrelus
UC Småland Friidrott
Ingela Nilsson

och

SISU Idrottsutbildarna Småland
Lena Larsson



SMÅLANDSIDROTTE
Smålands Idrottsförbund
SISU Idrottsutbildarna