

Friidrott 12-14 år steg 3

Detta är tredje 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 gamla.

Steg 1 "Friidrott 10-12 år" (3 dagar) arrangeras av UC Småland. Kursen ska ge tränare/ledare teoretiska och praktiska kunskaper om hur man kan lägga upp en utvecklande friidrottsverksamhet före och i 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 om ungdomsidrott.

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

När: Första träffen 23-24 mars 2013 (lö 10:00–17:00, sö 9:30–16:30)
Andra träffen 20 april 2013 (lö 10:00–17:00)

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.

Var: Telekonsult Arena i Växjö

Kostnad: Kursavgiften är 2 200 kr/deltagare. I denna avgift ingår lunch och fika. Önskas middag lördag och logi/frukost vid första träffen blir avgiften ytterligare 600 kr och måste meddelas vid anmälan. **Idrottslyftsbidrag** betalas ut efter kursen med 1 800 kr/deltagare. Kursavgiften faktureras. Om återbud ej lämnas debiteras full kursavgift.

Kurslitteratur: Den nya boken "Grundträning i friidrott 10-14 år" och två medföljande DVD-filmer som kan beställas i samband med anmälan till kostnad av 300 kr.

Anmälan: Anmälan [kan göras här](#), senast 11 mars eller skickas med e-post till lena.larsson@smalandsidrotten.se kom ihåg att ange kurs nr, namn, fullständigt personnummer, förening och faktura adress.

Upplysning: Ingela Nilsson 070 – 349 92 77. **Kurs nr: 302734/716:004**

UC-Småland
Ingela Nilsson

Smålands Friidrottsförbund
Michael Ostreljus

SISU Idrottsutbildarna Småland
Lena Larsson

