

Inbjudan:

Fördjupningskurs i Häck 23 november 2013 i Växjö



Nu är det dags att bjuda in till fördjupningskurs. Denna gång blir det i **HÄCK** med **Håkan Widlund** och friidrottsaktiva från Växjö. Kursen är tänkt att ge lite mer till de som tränar ungdomar i åldern 15 år och äldre.

För vem? Alla som gått alla stegutbildningarna och har aktiva 15 år och äldre. Det kan vara bra att låta sin aktive gå med på kursen.

Plats: Växjö, Telekonsult Arena

Datum/tid: 23 november kl. 10.00 – 16.00 och vi kommer att varva praktik med teori



Kursledare: Ingela Nilsson, 070-349 92 77

Medtag: ... extra inomhusjoggingsskor

Kursavgift: Kursavgiften är 1000 kr/deltagare. I denna avgift ingår lunch och fika. Veckan efter kursen erhåller föreningen ett idrottslyftsbidrag från RF med 600: -/deltagare.

Kursavgiften behöver inte betalas in förrän bidraget från RF har kommit. Avgiften kan sökas som bidrag i din hemkommun.

Anmälan: [Anmäl dig här](#) eller Maila senast **den 12 november** till lana.larsson@smalandsidrotten.se.
Var vänlig respektera anmälningstiden!

Kallelse: Personlig kallelse med deltagarlista/program skickas till den e-post som skickat in anmälan.

Övrigt: För ytterligare upplysningar, kontakta kursledaren.

Välkomna!

Kurs nr 716:018/367024

Smålands Friidrottsförbund
Michael Ostrelus
UC Småland friidrott
Ingela Nilsson

och

SISU Idrottsutbildarna Småland
Lena Larsson