

# Inbjudan till Ungdomstränarutbildning

## Friidrott 10-12 år i Växjö

**Detta är första steget i 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 tillvara olika kunskaper och erfarenheter inom 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 11-12 november 2017** (lördag 09.30-17.00, söndag 09.30-17.00).  
**Andra träffen 26 november 2017** (söndag 09.30-16.30)

**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:** **Teori och Praktik** i Telekonsult Arena, Växjö.

**Kursavgift:** Kursavgiften är 1 900 -/deltagare. I denna avgift ingår lunch och fika. Önskas middag lördag kväll och logi/frukost vid första träffen blir avgiften ytterligare 550 kr (del i dubbelrum) enkelrumstillägg 280 kr och måste meddelas vid anmälan. **Idrottslyftsbidrag** betalas ut efter kursen med 1400 kr/deltagare. Om återbud ej lämnas debiteras full kursavgift.

**Kurslitteratur:** Boken "Grundträning i friidrott 10-14 år" som kan beställas i samband med anmälan till en kostnad av 300 kr.

**Anmälan:** [Anmäl dig här](#) eller maila [lena.larsson@smalandsidrotten.se](mailto:lena.larsson@smalandsidrotten.se), **senast den 27 oktober**, glöm inte ange, kurs nr, namn, personnummer, förening, specialkost samt om ni önskar boka övernattnings, samt faktura adress.

**Upplysning:** Ingela Nilsson, 070-349 92 77

Smålands Friidrottsförbund  
Michael Ostrelus

och

SISU Idrottsutbildarna Småland  
Lena Larsson

UC-Småland friidrott  
Ingela Nilsson

Kurs nr: 1007561/716:006



**SMÅLANDSIDROTTE**  
Smålands Idrottsförbund  
SISU Idrottsutbildarna