

## Ungdomstränarutbildning 10–12 år i Karlskrona i oktober 2022

Friidrottens utbildning 10–12 år är första steget i utbildningsstegen för tränare i friidrott. I denna första del lägger vi stor tyngdpunkt på de friidrottsspecifika delarna samt ditt ledarskap och hur du kan skapa goda förutsättningar för att de aktiva ska bli motiverade och få möjlighet att lära och växa som människor och idrottare före puberteten.

Under utbildningen används boken Grundträning i Friidrott 10–14 år och dess webbplats och SISU:s material för Grundutbildning för tränare, "Idrottens ledarskap" och "Idrottens träning" samt tillhörande utbildningswebb. Utbildningen 10–12 år omfattar två helger.

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.

**När** Första kursdagen lördag – söndag 1–2 oktober 2022, kl.10.00-17.00.  
Andra kursdagen lördag – söndag 15–16 oktober 2022, kl.10.00-17.00.

**Var** Karlskrona, Scandic och Sunnahallen.

**Kursledare:** Ingela Nilsson, Östsvenska Friidrottsförbundet

**Instruktörer:** Martin Söderberg, Karlskrona, 073-204 33 74  
Linnéa Agefjäll, Kalmar, 073-027 44 05

**Kursavgift:** Kursavgiften är 3 200 kr/deltagare. I denna avgift ingår lunch, fika och kurslitteratur. Önskas logi uppges det i anmälan, så undersöker vi vad vi hittar bäst pris. Avgiften faktureras efter anmälan. Du har rätt att få en subvention för deltagaravgiften som betalas ut efter genomförd kurs med 2 400 kr/deltagare till föreningen från RF.

**Anmälan:** **Anmäl dig senast den 18 september på länken nedan.**  
<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1648713>

**Kallelse:** Personlig kallelse med deltagarlista/program mejlas till den e-post som uppgivits i anmälan.

**Övrigt:** Ytterligare upplysningar kan fås av Ingela Nilsson, 070 – 349 92 77. Ev. återbud **SKA** lämnas till Lena Larsson, RF-SISU Småland, [lena.larsson@rfsisu.se](mailto:lena.larsson@rfsisu.se), 036-34 54 30.  
**Om ev. återbud ej lämnas 3 dagar innan kursstart debiteras full avgift.**

Östsvenska Friidrottsförbundet  
Ingela Nilsson

RF-SISU Småland  
Lena Larsson

Kurs nr: 1648713/716:010