

# Fröidrott för barn 7-10 år – en kurs för dig som leder fröidrottsträning för barn upp till 10 år

Kursen ger en kort introduktion till ledarskap och barns utveckling, men handlar framför allt om att ge dig en verktygslåda som ger goda förutsättningar att bygga upp en bra fröidrottsverksamhet för barn där introduktionen av fröidrottens löp-, hopp- och kastgrenar kombineras med lekar, stafetter, hinderbanor samt gymnastik- och styrkeövningar.

Svensk Fröidrott rekommenderar att fröidrottsverksamhet för barn genomförs av ledarteam och därför att flera ledare från föreningen går utbildningen tillsammans.

Fröidrott 7-10 år är en av två kurser som tillsammans utgör utbildningssteget Plattformen Fröidrott. Den andra kursen – Plattformen – arrangeras av SISU Idrottsutbildarna.

**Kursort/tid:** Första kursdagen i Nybro, lördagen den 18 oktober 2014 kl. 10.00–16.00.  
Andra kursdagen i Nybro, lördagen den 25 oktober 2014 kl. 10.00–16.00.

**Kursledare:** Ingela Nilsson, UC- Småland fröidrott

**Instruktör:** Emma Lagerqvist, Växjö

**Kursavgift:** Kursavgiften är 1 200 kr/deltagare. I denna avgift ingår lunch och fika. Veckan efter kursen erhåller föreningen ett **Idrottslyftsbidrag från RF** med 600 kr/deltagare. Kursavgiften behöver inte betalas in förrän bidraget från RF har kommit. Om återbud ej lämnas debiteras full kursavgift. Avgiften kan ev. sökas av föreningen som bidrag hos Fritidsförvaltningen i din kommun.

**Litteratur:** Vi rekommenderar den boken ”Fröidrott 7-10 år” som kan beställas i samband med anmälan till en kostnad av 200:-

**Anmälan:** [Anmäl dig här](#) eller maila [lana.larsson@smalandsidrotten.se](mailto:lana.larsson@smalandsidrotten.se), glöm inte ange, kurs nr, namn, personnummer, förening samt faktura adress. **senast den 3 oktober 2014.**

**Kallelse:** Personlig kallelse med deltagarlista/program skickas till den e-post som skickat in anmälan eller direkt till deltagarna om den uppges i anmälan.

**Övrigt:** Ytterligare upplysningar kan fås av Ingela Nilsson, 070 – 349 92 77

**Kurs nr: 500323–716:012**

Smålands Fröidrottsförbund  
Michael Ostrelus

och

SISU Idrottsutbildarna Småland  
Lena Larsson

UC-Småland fröidrott  
Ingela Nilsson

