

# Fortbildning steg 2 i Kast i Växjö 8 maj

Förra årets kastfortbildning steg 1 blev väldigt bra så vi gör en fortsättning på den. **KAST** med **Per Karlsson** och **Jonas Mellblom**. Kursen är tänkt att ge ännu mer om kastgrenarnas grunder i praktik och teori till de som tränar ungdomar i åldern 15 år och äldre. Helt enkelt en bra fortsatt utveckling i kastgrenarna.

**Kursort/tid:** Växjö, kl. 09.30 fredagen den 8 maj med samling i Telekonsult Arena.

**Kursledare:** Ingela Nilsson, Växjö

**Program:** Vi kör mellan 09.30 och 16.30 och vi kommer att varva praktik med teori

**Kursavgift:** Kursavgiften är 1 100: -/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 ev. sökas som bidrag i din hemkommun.

**Förkunskaper:** Alla som gått Kastfortutbildningen steg 1 är välkomna.

**Anmälan:** [Anmäl dig här](#) eller maila [lena.larsson@smalandsidrotten.se](mailto:lena.larsson@smalandsidrotten.se), kom ihåg ange, kurs nr, namn, personnummer, förening samt faktura adress **senast den 27 april**.

**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:716:007–614076

Smålands Friidrottsförbund  
Michael Ostrelus

och

SISU Idrottsutbildarna Småland  
Lena Larsson

UC-Småland friidrott

Ingela Nilsson

