

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

Kursen ger dig en kort introduktion till ledarskap och barns utveckling, men handlar framför allt om att ge 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.

**Kursort/tid:** Telekonsult Arena i Växjö under fyra tillfällen på onsdagarna den 4, 11, 18 och 25 oktober kl. 18.30–21.00. Startar med praktik varje gång så var ombytta.

**Kursledare:** Fredrik Ahlström och Ingela Nilsson, Växjö

**Instruktör** Jonas Blomqvist, Smålandsidrotten, Elizabeth Franklin Nordin, Växjö, Matilda Elfgaard, Habo samt Fredrik Ahlström, Växjö.

**Kursavgift:** Kursavgiften är 1 000 kr/deltagare. I denna avgift ingår frukt eller 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 boken ”Fröidrott 7-10 år” som kan beställas i samband med anmälan till en kostnad av 200: -

**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 28 september.**

**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

Smålands Fröidrottsförbund  
Michael Ostrelus

och

SISU Idrottsutbildarna Småland  
Lena Larsson

UC-Småland fröidrott

Ingela Nilsson

**Kurs nr:1004369/716:005**

