

UTBILDINGSVECKA IF GÖTA 2019 VECKA 14

Idrott är så mycket mer än bara träningen. Utbildning för aktiva, föräldrar och ledare är minst lika viktig och därför kommer vi under v.14 introducera vi en utbildningsvecka i samband med ordinarie träning. Nedan kan du se vad som gäller för din grupp.

Tisdag kl. 18.00-19.30

Vilka: Senior och äldre aktiva 16–20 år
Ämne: Rehab och akut omhändertagande
Utbildare: Per Ingemarsson
Plats: Våxnäshallen

Onsdag kl. 17.30-19.00

Vilka: Aktiva 14–15 år (grupp 05, 04)
Ämne: Kost för prestation
Utbildare: Anna Lycke, Friskis
Plats: Friskis&Svettis Sannafältet
Meddela ev. matallergi senast 27/3
till emma@varmlandsidrotten.se

Onsdag kl. 17.00-20.00

Vilka: Föräldrar
Ämne: Friidrottsutbildning för föräldrar
Utbildare: IF Göta Ledare
Plats: Våxnäshallen

Torsdag kl. 18.30-20.00

Vilka: Aktiva 12 år (grupp 07)
Ämne: Ungdomssnack
Utbildare: IF Göta ledare, Värmlandsidrotten
(uppdelat i två grupper)
Plats: Våxnäshallen

Fredag kl. 17.00-18.00

Vilka: Aktiva 10–11 år (grupp 09, 08)
Ämne: Värdegrund (kompissnack)
Utbildare: IF Göta ledare
Plats: Våxnäshallen

Fredag kl. 17.30-18.30

Vilka: Aktiva 13 år (grupp 06)
Ämne: Ungdomssnack
Utbildare: IF Göta ledare, Värmlandsidrotten
(uppdelat i två grupper)
Plats: Våxnäshallen

Söndag kl. 09.00-12.00

Vilka: Föräldrar
Ämne: Friidrottsutbildning för föräldrar
Utbildare: IF Göta Ledare
Plats: Våxnäshallen

Under denna vecka rekommenderar vi alla tränare att genomföra SISU Idrottsutbildarnas introduktionsutbildning för tränare (tar ca 2-3 timmar). Finns i länken här, klicka på "läs det här innan du börjar":

<https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/sisuiu/tranare/pw/Introduktionsutbildning-for-tranare/>

Välkomna!



**IF GÖTA
KARLSTAD**

VÄRMLANDSIDROTTE
Värmlands Idrottsförbund
SISU Idrottsutbildarna

