

Svensk Friidrott bjuder in till

Löpträning- utbildning- steg 2

5-6 november 2011, Sollentuna

Vill ni utveckla er löparverksamhet och behöver mer kunskap för att lägga upp löpträningen i er förening?

Löpträning- utbildningen ger dig bland annat mer djupgående kunskaper i träningsplanering, träningslära, rehabträning, mental träning och i löpningens olika träningsformer i teori och praktik. Denna kurs inriktar sig mot löpare som är 16 år och äldre. Kursledare är erfarna och meriterade löptränare/aktiva.: bland annat Kent Claesson, Lorenzo Nesi och Mats Jonsson.

Kurskrav: *Löpträning- utbildningen Steg 1 eller i undantagsfall andra meriter*

Datum: *5-6 november 2011 (lördag-söndag)*

Plats/logi: *Sollentuna Löpargymnasium*

Tid: *Lördag kl. 10.00 – 21.00 och söndag kl. 08.30 – 16.00*

Anmälan: **Senast 31 oktober!** Via denna länk:

<https://web.questback.com/idrott/loptraningsteg2/>

Kostnad: *2500 kr inkl logi fredag-söndag, 2200kr inkl. logi lördag-söndag, 1900kr exkl. logi. Avgiften faktureras efter anmälan. (OBS. Boende måste specificeras i anmälan)*

Idrottslyftet gör fortbildningen billigare! En subvention på 1200kr per godkänd kursdeltagare betalas ut till deltagarens förening efter avslutad kurs/träff. Subventionen är förbehållen de deltagare som i sin roll som tränare/ledare har aktiva friidrottare i åldern 16-20 år. Bidragsansökan administreras av kursansvarig.

Resor: *I kursavgiften ingår resekostnader med billigaste färd sätt. Se till att jämföra priserna mellan tåg, lågprisflyg och bil. Taxi, lokalresor etc inom Stockholm utbetalas ej. Vi uppmanar alla resenärer att beställa biljetter så fort bekräftelse på anmälan har kommit ut för att få billigaste pris.*

Kursinfo: Johanna Axelsson: johanna.axelsson@friidrott.se 073-460 21 23

Kallelse och detaljerat program skickas till deltagarna direkt efter sista anmälningdag.

Välkommen till en givande utbildningshelg med fokus på löpning!