

Motion nr 2

Avsändare: Hammarby IF

Styrelsens yttrande över
Uppdatering av Den Svenska Träningsläran

Motionärernas förslag:

Att uppdatera och modernisera Friidrottens träningslära som syftar till en nytgåva

Förbundsstyrelsen föreslår:

att Förbundsårsmötet beslutar att tillstyrka motionen

Förbundsstyrelsens utlåtande:

I början av 80-talet sammanställdes en träningslära som till stora delar fortfarande är relevant när det gäller grundläggande kunskaper om träning. Vissa delar i utbildningsmaterialet måste dock uppdateras då ny vetenskap genom forskning inneburit nya rön omkring träning.

Under verksamhetsåret 2015 bör en planering påbörjas för att en uppdatering av utbildningsmaterialet ska kunna bearbetas och genomföras under 2016.