



Inbjudan till gratis Inspirationsföreläsning med Vésteinn Hafsteinsson

I samarbete med Prestationscentrum hopp, Karlstads Elitidrottsuniversitet, IF Göta Karlstad och Södra Svealands Friidrottsförbund har vi möjlighet att bjuda in till två inspirationsföreläsningar med Vésteinn Hafsteinsson!
Vi bjuder även på middag på fredagen.

Vésteinn har varit succétränare i kast i många år och är mannen bakom bland annat Daniel Ståhls OS-guld och Simon Petterssons OS-silver 2020.

Föreläsning 1: Coachning på tävling vs. Coachning på träning

Föreläsning 2: Träningsplanering mot mästerskap

Du väljer själv om du vill gå på en eller båda!

Inbjudan riktar sig till dig som är tränare i Södra Svealands distrikt, och som har aktiva från 13 år och uppåt. Inbjudan riktar sig även till dig som är organisationsledare inom din förening i Södra Svealand.

Coachning på tävling vs. Coachning på träning

Datum: Fredag 13 december

Plats: Eva Lisa Holtz Arena, Karlstad

Tid: Middag kl. 19.00.

Föreläsning kl. 20.00

Anmälan: [Görs här](#) senast den 8 december via IdrottOnline.

Länk till anmälan hittar du även på www.friidrott.se/sodra-svealand/

Ange ev. specialkost i samband med din anmälan.

Frågor: erica.jarder@friidrott.se
madde.olsson@friidrott.se

Träningsplanering mot mästerskap

Datum: Lördag 14 december

Plats: Scandic Winn, Karlstad

Tid: Föreläsning kl. 14.00

Anmälan: [Görs här](#) senast den 8 december via IdrottOnline.

Länk till anmälan hittar du även på www.friidrott.se/sodra-svealand/

Ange ev. specialkost i samband med din anmälan.

Frågor: erica.jarder@friidrott.se
madde.olsson@friidrott.se