Inbjudan utbildning

Friidrottstränare Steg 1: Linköping våren 2026

Friidrottstränare steg 1 är första steget i utbildningsstegen för tränare i friidrott. I denna första del lägger vi stor tyngdpunkt på de friidrottsspecifika delarna samt ditt ledarskap och hur du kan skapa goda förutsättningar för att de aktiva ska bli motiverade och få möjlighet att lära och växa som människor och idrottare före puberteten.

Anmälan till utbildningen sker individuellt via Kunskapsarenan där du under ”Välj datum och boka” väljer din ort och datum när du vill gå utbildningen. Under utbildningen används digitala plattformen Learnifier till de teoretiska självstudierna. De digitala självstudierna tar ca 6 timmar och förväntas vara klara tills första fysiska träffen. När du har anmält dig till kursen får du länk till Learnifier via email.

Inga förkunskaper behövs. Kursen bygger på att jobba i team, därför ser vi gärna att kursdeltagarna ingår i team och att hela teamet går utbildningen. Även enskilda tränare är självklart välkomna.

Kursens aktiviteter		
1	Start	Skaffa Freja+ och logga in i Lärplattformen
2	**Digital träff**	**Onsdag 6 maj kl. 19.30-20.30**
3	Trygg friidrott	Aktiviteterna 1, 3-8 förväntas kursdeltagaren färdigställa före första fysiska träffen
4	Tränarskapet	
5	Träningsplanering	
6	Tävlingar	
7	Friidrottsträning	
8	Hemuppgift – träningsplanering	
9	**Fysisk träff 1**	**Lördag 16 maj kl. 10.00-17.45**
10	**Fysisk träff 2**	**Lördag 17 maj kl. 10.00-16.45**
11	**Fysisk träff 3**	**Söndag 24 maj kl. 10.00-16.00**
12	Avslutning – utvärdering	Utvärderingen görs i lärstigen senast 7 juni.

Utbildare: Gabriel Gonzalez, gabriel.ggonzalez93@gmail.com

Plats: Friidrottsarenan Campus Valla, Schiörlins Gata 1, Linköping

Kursavgift: 3 900 kr/deltagare. I denna avgift ingår tillgång till kurslitteratur i Learnifier, lunch och fika. Eventuell logi ordnas på egen hand. Avgiften faktureras efter kursstart till föreningen. Föreningen kommer efter slutrapporterad kurs få 1300 kr tillbaka i subvention från Svenska FIF.

Anmälan: Senast måndag 4 maj.
https://kunskapsarenan.se/friidrott/utbildningar-och-produkter/produkt/friidrottstranare-steg-1-1?event=65790

Övrigt: För ytterligare upplysningar eller ev. återbud, kontakta utbildningssamordnare Markus A.

Östsvenska Friidrottsförbundet
Markus Andersson
Utbildningssamordnare
markus.ostsvenska@friidrott.se

ÖSTSVENSKA
SVENSK FRIIDROTT