

Friidrott 12–14 år

13-14 april, 27 april och 1 juni 2024

Gotland-Stockholms Friidrottsförbund inbjuder till utbildning för barn- och ungdomstränare. Utbildningen ingår som en del i friidrottens utbildningsmodell.

Målgrupp och förkunskapskrav

Friidrott 12–14 år är en kurs för dig som har minst ett års erfarenhet av att vara tränare och vill lära dig mer om friidrottsträning i pubertetsåldern. För att bli antagen till kursen måste man ha blivit godkänd på kursen Friidrott 10–12 år. Alternativt kan motsvarande kunskaper uppvisas på annat sätt – i så fall kontakta distriktets utbildningskommitté. Därutöver ska du ha genomgått SISU webbaserade Grundutbildning (ingår i Friidrott 10-12 år).

Innehåll och utbildningsmål

Efter genomgången kurs ska deltagarna känna till några tekniska betoningar och kunna instruera i alla friidrottens grenar, veta vilka faktorer som är särskilt "träningsbara" under pubertetstiden och ha en grundläggande förståelse för hur träning kan periodiseras under ett träningsår samt kunna skilja på allmän förberedelseperiod, tävlingsförberedelseperiod och tävlingsperiod.

Anmälan

Senast den 6 april via formulär på Gotland-Stockholms hemsida > UTBILDNINGAR > Tränare > Anmälan.

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1864641>

Plats och tid

Kursen genomförs i huvudsak i Sollentunahallen/IP.

13 april i Sollentuna Friidrottshall

14 april i Sätra Friidrottshall

27 april och 1 juni i Sollentuna Friidrottshall/IP.

Preliminära tider kl 9-16.

Kostnad och bidrag

5 100 kr/deltagare faktureras föreningen efter avslutad kurs och inkluderar föreläsningar, praktikpass samt lunch/fika. Kurslitteratur förväntas deltagaren ha tillgång till sedan tidigare utbildningar. Behöver kurslitteratur köpas tillkommer en kostnad.

För godkända deltagare (närvaro på alla utbildningstillfällen) kan föreningen efter avslutad kurs erhålla ett bidrag på 2 100 kr/deltagare från RF (projektstöd IF). Respektive deltagares förening ombesörjer själva ansökan till SFIF.

Återbud

ska alltid meddelas via e-post till bo.wikmark@08fri.se. Återbud som sker senare än 5 dagar före kursstart debiteras med 500kr (gäller även sjukdomsfall som ej verifieras med läkarintyg).

Övrigt

Program och kallelse skickas ut via e-post till anmälda deltagare senast den 7 april. Meddela ev kostallergi i samband med anmälan.

Nästa steg i Svensk Friidrotts utbildningsmodell för barn- och ungdomstränare är Friidrott 14–17 år och arrangeras av Svenska Friidrottsförbundet.

Frågor

Besvaras gärna av utbildningssamordnare Bo Wikmark 070-594 45 24.

Välkommen