

# SVENSKA BROTTNINGSFÖRBUNDET

## Brottning Grund (steg 1)

Västmanlands Brottningförbund arrangerar en **ledar- och tränarkurs** där vi går igenom hur man planerar och genomför ett träningspass för de yngsta brottarna.

Målet med utbildningen är att utbilda ledare för att kunna hjälpa ordinarie tränare med träningar och så att man kan hålla i någon enstaka träning om det skulle behövas.

Nivån på träningen är för nybörjare. Kursen varvar praktik med teori. Vi går i lugn takt igenom ett träningspass olika delar och vad man behöver tänka på.

Kursen är även en grundkurs för dem som vill bli ledare i klubben.

Ni skall vara ombytta i vanliga träningskläder. I kursen ingår det en lunch.

*Ingen är för bra för att gå kursen.*

**Datum: Lördagen den 2 februari 2013.**

**Tid:** 10:00 (ombytta) - ca 16:00

**Plats:** Arboga AK:s träningslokal.

**Kostnad:** 400 kr inkl. lunch betalas till VBF:s Pg **363309-6**.

**Anmäl till:** Kenneth Holmberg, E-post: [kex60@hotmail.se](mailto:kex60@hotmail.se)

**Telefonnummer:** 070-544 83 31

Max antal deltagare är 30. Först till kvarn gäller.

För upplysningar kontakta: **Kenneth Holmberg** utbildningsansvarig VBF.

Sista anmälningdatum är den **28 januari 2013**.

Kursledare är: **Anders "Balder" Eriksson**.

**OBS! Vid anmälan vill vi ha namn och klubb på deltagare, samt telefonnummer.**

