



# SVENSKA BROTTNINGSFÖRBUNDET

## BROTTNING GRUND

Utbildningsregion 2 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. Teorin tar vi direkt på mattan så det blir inget särskilt teoripass. 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.

**Datum: 15 november 2009.**

Tid: **10:00** (ombytta) - ca 15:00

Plats: **Skene BK' s träningslokal.**

Kostnad: 200:\_ kr inkl. lunch.

Anmälan: Till Kent Sjödin, E-post: [ksjodin@telia.com](mailto:ksjodin@telia.com)

Telefonnummer: 0500-435369, 073-3713629

Max antal deltagare är 25. Först till kvarn gäller.

**För upplysningar kontakta:** Kent Sjödin se ovan eller  
Peter Fredriksson 070-535 09 45

**Sista anmälningsdatum** är den 10 november 2009.

**Kursledare är: Peter Fredriksson.**

**OBS! Vid anmälan vill vi ha namn och klubb på deltagare, samt en kontaktperson i klubben, med telefon nummer.**

Västergötlands BF, Skene BK och SBF



VBF



Skene BK



SBF