



SVENSKA BROTTNINGSFÖRBUNDET

Region 4

STEG 1 - Brottnings grund

För att utveckla ledarna inom brottningen har Svenska Brottningsförbundet tagit fram en ny tränarstege. Utbildningsregionen 4 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.

Kursledning:	Svenska Brottningsförbundet/Tore Stennek
Datum:	091115
Föreläsare:	Janne Öhlen
Plats:	Matforsbrottarnas träningslokal
Kostnad:	200: - Insättes på Västernorrlands Brottningsförbund pg: 642 75 51-4
Tid:	Samling 10.00 Avslutning ca: 15.00
Anmälan:	Senast den 13 nov till brottartore@hotmail.com Tore Stennek 076-796 42 15

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

Utrustning:	Träningskläder Anteckningsmaterial
-------------	---------------------------------------

Region 4
Tore Stennek
Karläng 125
864 92 Matfors
brottartore@hotmail.com
060-25520/076-796 42 15