



# SVENSKA BROTTNINGSFÖRBUNDET

## TRÄNARKURS – ”Teknikpasset”

Västergötlands Brottningförbund arrangerar en tränarkurs, som är en fortsättning på de Steg 1 kurser som genomfördes i Skene och Töreboda. Denna gång kommer vi att repetera hur man planerar och genomför ett träningspass. Vi kommer också att visa ett större antal grepp. Lite träningsplanering ingår. Målet med utbildningen är att utbilda tränare, så att de kan hjälpa till med träningen hemma i klubben. Nivån på träningen är för nybörjare och för brottare som har varit med i Sjuhäradsserien eller Skaraborgsserien. Kursen varvar praktik med teori runt teknikpasset.

Vi går i lugn takt igenom greppen i Grekisk - Romersk brottning och i Fristil.

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

**Den 17/4** har SBF ett Konvent i Skövde, det består av en populär föreläsning om ledarskap, Föreningskunskap/Föreningsutveckling, Skolbrottning osv. Se inbjudan på [www.swedewrestling.se](http://www.swedewrestling.se)

**Datum: Söndag den 28 mars 2010.**

Tid: 09:30 (ombytta) - ca 15:00

Plats: Odenhallen i Falköping, FABK' s träningslokal.

Kostnad: 200 kr inkl. lunch. Betalas på plats.

Anmälan: Till Västergötlands Brottningförbund, Kent Sjödin, [ksjodin@telia.com](mailto:ksjodin@telia.com)  
telefon, 0500-435369, 073-3713629.

**Max antal deltagare är 25. Först till kvarn.**

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

**Sista anmälningdatum är måndag den 22 mars.**

Kursledare: Ulf Larsson Viskafors AK och Peter Fredriksson LAS.

**OBS:** Vid anmälan vill vi ha namn och klubb på deltagare, samt minst en kontaktperson i klubben, med telefon nummer som vi kan kontakta.

Välkommen till Falköping

Västergötlands Brottningförbund, Falköpings ABK och SBF

