



# SVENSKA BROTTNINGSFÖRBUNDET

## Steg 1 Tränar utbildning

Utbildningsregion 2 arrangerar en **steg 1 tränar utbildning** 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 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 lunch.

**Datum:** lördagen den 21 Aug 2010.

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

**Plats:** Falkenbergs träningslokal.

**Kostnad:** 300 kr inkl lunch.

**Anmälan:** Till Johnny Hansson, E-post: johnny.hansson@sca.com

**Telefonnummer:** 0708-723933

**För upplysningar kontakta:** Johnny Hansson

**Sista anmälningsdatum** är den 13 Aug 2010.

**Kursledare** är: Mattias Hartvig

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

Falkenberg ABK och Svenska Brottningförbundet.

