



SVENSKA BROTTNINGSFÖRBUNDET

Region 4

STEG 1 - Brottning Grund

För att utveckla ledarna inom brottningen har Svenska Brottningförbundet tagit fram en ny tränarstege. Utbildningsregionen 4 erbjuder nu 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 Brottningförbundet och Västernorrlands
Brottningförbund/SAIK

Datum: 101002

Instruktör: Janne Öhlén

Plats: SAIK's brottarlokal i Sundsvall

Kostnad: 400: - Insätts på SAIK's plusgiro 270362-7

Tid: Samling 10.00
Avslutning ca: 16.00

Anmälan: Senast den **27 september** till christer.svantesson@cseab.se

Frågor: Christer Svantesson 070-566 99 98
OBS! Vid anmälan vill vi ha namn och klubb på deltagare, samt en kontaktperson i klubben, med telefonnummer.

Utrustning: Träningskläder
Anteckningsmaterial

Region 4
Örjan Eliasson
Lingonstigen 205
973 33 Luleå
orjan.eliasson@swedewrestling.se
073-039 33 93