

Utbildning Löpleddare, 13-14 april 2024 i Växjö

Du får grundläggande kunskaper i träningslära, träningsplanering, ledarskap, kost och återhämtning samt skadelära. Vi varvar teori och praktik. Finns också möjlighet till certifiering.

Brinner du för löpning och löpträning?

- Vill du skaffa dig verktyg att lyfta löpningen till en högre nivå?
- Vill du få kunskap om hur du lägger upp en bra träningsplanering?
- Vill ni utveckla er löparverksamhet i föreningen och behöver mer kunskap och inspiration?
- Funderar ni på att starta löpargrupper för löpare från 16 år och uppåt?

Kursplats	Telekonsult arena, Växjö
Datum	13-14 april 2024
Kurstid	Vi börjar kl. 9.30 lördag och avslutar söndag ca 16.00
Kursledare	Anders Petersson Maria Lundgren

Kursavgift: Kursavgiften är 2 500 kr/deltagare. I denna avgift ingår lunch, fika och kurslitteratur. Önskas logi bokas det på egen hand. Avgiften faktureras efter anmälan. Friidrottsföreningar som anmäler deltagare till löpleddarutbildningen får tillbaka 1200 kr/deltagare efter avslutad utbildning från RF:s projektstöd. Subventionen är förbehållen de deltagare som i sin roll som tränare/ledare har aktiva i friidrott i åldern 16–20 år. Deltagare som ej är medlem i friidrottsförening betalar 2800 kr.

Litteratur: Böckerna *Löpning- för motionärer och elit* samt *Effektiv löptechnik* ingår i kursavgiften och delas ut på plats.

Anmälan: Anmäl dig senast den 6 april på länken nedan.
<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1884086>

Kallelse: Personlig kallelse med deltagarlista/program mejlas till den e-post som uppgivits i anmälan.

Övrigt: Ytterligare upplysningar kan fås av Erik Svensson, 0703482872. Ev. återbud lämnas till Erik Svensson, Östsvenska friidrottsförbundet. Om ev. återbud ej lämnas 3 dagar innan kursstart debiteras full avgift.

Östsvenska Friidrottsförbundet
Erik Svensson,
erik.ostsvenska@friidrott.se
0703482872

Kurs nr: 1884086