



Hösten 2023

Utbildningar i idrottsskador och idrottsmedicin

Akut omhändertagande vid idrottsskada

Här får du kunskap om akuta idrottsskador och grunderna i rehabilitering. Du lär dig hur du ska agera om skadan är framme för att förkorta rehabiliteringstiden. Stor del består av praktik.

23 aug	kl. 18.00-21.00	Digital	Anmälan
21 okt	kl. 09.00-12.00	Göteborg	Anmälan
22 nov	kl. 18.00-21.00	Digital	Anmälan

Tejning

Lär dig hur och när du kan använda tejp i rehabiliterande syfte. Stor del består att du får öva praktiskt på att tejp.

21 okt	kl. 13.00-16.00	Göteborg	Anmälan
---------------	-----------------	----------	-------------------------

HLR

Få livsnödvändig utbildning som ger kunskap om hur du ska agera vid ett hjärtstopp samt hur en hjärtstartare fungerar.

27 sep	kl. 18.00-20.30	Göteborg	Anmälan
---------------	-----------------	----------	-------------------------

Mens och träning

Lär dig om hur menscykeln påverkar fysiskt och psykiskt. Ämnen som anemi till följd av riklig mens, avbrott i mens kopplat till träning, PCOS och humörpåverkan är ämnen som berörs under kvällen. Kvällen vänder sig till dig som är 15 år och äldre.

30 nov	kl. 18.00-21.00	Göteborg	Anmälan
---------------	-----------------	----------	-------------------------

Här hittar du hela vårt utbildningsutbud



Deltagaravgift

Läs mer på respektive utbildnings anmälningssida

Strular anmälan?

Kontakta kurser.vastragotaland@rfsisu.se

Frågor

Läs mer i anmälan, eller kontakta Thomas.gehoor@rfsisu.se / 0709-26 58 94



Kontakta din RF-SISU konsulent
rfsisu.se/vastragotaland



Västra Götaland