

VÄLKOMMEN SOM TRÄNARE!
– idrotten behöver dig!



GRUNDUTBILDNING FÖR TRÄNARE

15 MAJ + 2 JUNI, LIDKÖPING

Du som tränare inom idrotten har ett värdefullt uppdrag. Ett uppdrag som ger dig massor av energi och upplevelser. Du får möta en mängd olika människor och får möjlighet att utvecklas både som tränare och människa. I din tränarroll kan du hjälpa andra att växa och utmanas i sin idrottsutövning.

Anmälan

Anmäl dig här
eller via qr-koden



Krånglar anmälan? Kontakta
kurser.vastragotaland@rfsisu.se

Övergripande innehåll och upplägg

Grundutbildningen bygger på aktuell forskning och ger dig en bra grund att stå på i din roll som tränare. Stor vikt läggs på ledarskap och hur du kan skapa goda förutsättningar för att de aktiva ska bli motiverade och få möjlighet att lära och växa som människor och idrottare. Du som tränare ska få ett bra stöd, känna dig trygg och bli inspirerad till att skapa egna träningar där de aktiva mår bra, har roligt och utvecklas.

Grundutbildningens avsnitt:

- Jag och idrottsrörelsen
- Jag och ledarskapet
- Jag och träningen
- Jag och utövaren
- Valbart avsnitt



Grundutbildningens upplägg:

- Egna studier via webb
- Fysisk/digitala träff/träffar, kl. 18-20 och 9-17
- Hemuppgift
- Omfattar totalt ca 25 Utbildningstimmar á 45 min.
- Ingen förkunskap krävs, men förbered dig gärna genom att gå vår digitala [Introduktionsutbildning för tränare](#)

Målgrupp

Du vill bli eller är ledare.

Förkunskaper

Inga förkunskaper krävs.

Datum/tid

Onsdagen den 15 maj, kl. 18.00-20.00
Söndagen den 2 juni, kl. 09.00-17.00

Plats

Träff 1 är digital.
Träff 2 är en heldag i Lidköping
Lokal meddelas i kallelsen

Kostnad

1800 kronor/deltagare. Kontakta din förenings RF-SISU konsulent för att ta reda på om ni kan få deltagaravgiften finansierad genom bidrag.

Frågor

ulrika.ahlbergmessina@rfsisu.se
070-926 58 27



Västra Götaland