



Hjälp! Det hände en olycka...

Var lade jag lindan nu igen? Hur ska jag handla vid en akut skada? När kan idrottaren återgå till träning? Vad kan jag göra om någon har ont? Frågorna brukar vara många när olyckan är framme.

Denna föreläsning ger dig som tränare kunskap om hur du kan hjälpa dina adepter tillbaka till idrotten på ett snabbt och säkert sätt efter skada.

Föreläsningen riktar sig till ledare, tränare och/eller föräldrar med aktiva från 12 år och uppåt. Allmänna principer för tejkning av idrottsskador är innehållet och teori blandas med praktik. Föreläsningen kan med fördel genomföras i anslutning till träningslokal

Kostnad, tid, max antal

1500 kr, 1,5 timma, 20 personer

Föreläsningen kan anpassas efter målgrupp och idrott.

Om föreläsaren

Fredrik Jansson är utbildad naprapat och har arbetat som medicinskt ansvarig inom fys-staben vid Riksidrottsgymnasiet Judo i Lindesberg.

I utbildningen på RIG erbjuds bland annat judoanpassad fysträning i teori och praktik samt medicinsk support.



► Boka en föreläsning

Kontakta din förenings idrottskonsulent eller receptionen på Idrottens hus.

Telefon: 019-17 55 00



Örebro län