

VÄLKOMMEN SOM TRÄNARE!
– idrotten behöver dig!



Välkommen att anmäla dig till **GRUNDUTBILDNING FÖR TRÄNARE**

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

Boulespecifikt avsnitt:

- Träningupplägg
- Kastteknik
- Taktik

Boulespecifikt upplägg:

- En fysisk träff
- Omfattar ca 7 timmar (9:00-16:00)
- En obligatorisk digital uppföljningsträff i maj efter slutuppgifter

Datum: Tillfälle 1: 20 Februari (kl.18-21) digitalt möte

Tillfälle 2: 9-10 mars

Tillfälle 3: 15 maj digitalt möte

Kursledare: Andreas Karlsson och Anders Gerestrand

Plats: Södertälje, Lördag Scandic Södertälje och söndag Södertälje Bollhall

Kostnader: 1800kr + resor och boende

Tips på boende är Scandic Södertälje som ligger cirka 3km från bollhallen där merparten av utbildningen genomförs.

Kostnadsbeskrivning: Ni som tillhör idrottsförening i RF-SISU Sörmland kan ta kontakt med er Idrottskontakt och höra om ni kan söka 1800kr via RF-SISU Sörmland. Om din förening tillhör något annat RF-SISU distrikt kontakta kansli@svenskboule.se. Resor och boende bokar deltagaren själva. Deltagare kommer ha möjlighet att via sina föreningar söka stöd via Svenska Bouleförbundets Återstartsstöd för åtminstone del av kostnader förknippat med resa och boende kopplat till utbildningen.

Kontaktperson: Hannele Kangas

Hannele.kangas@svenskboule.se

Sista anmälningsdag: 13 februari

Anmäl dig här:

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1859812>

