

Mittsvenska friidrottsförbundet bjuder in till **Löpleدارutbildning – steg 1**

Vill ni utveckla er löparverksamhet i föreningen och behöver mer kunskap?
Funderar ni på att starta löpargrupper från 16 år och äldre?
Vill du lära dig mer om hur du lägger upp en bra plan för löpträning?

Med denna utbildning får du grundläggande kunskaper i kost, träningsplanering, träningslära, löparskador och löpningens olika träningsformer i teori och praktik.

- Datum** 7–8 september 2024
- Tid** 09:00 - 17:00 båda dagarna
- Plats** IFU Arena, Uppsala
- Kursavgift** Kursavgiften är 2200kr/deltagare. I denna avgift ingår lunch och fika. **Avgiften faktureras i efterhand till klubbarna.**
- Föreningar anslutna till Svenska friidrottsförbundet får tillbaka 1200kr/deltagare från idrottslyftet efter avslutad utbildning. Subventionen är förbehållen de deltagare som i sin roll som tränare/ledare har aktiva i friidrott i åldern 16-20år.
- Anmälan** Senast 29:e augusti via nedanstående länk till utbildningsportalen.
- Obs! Fullständigt personnummer, e-post samt klubbens organisationsnummer krävs!
- <https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1934704>
- Återbud** Återbud senare än fem dagar före debiteras 500kr. Återbud meddelas till fredrik.mollerstrom@gmail.com. Vid inget meddelat återbud debiteras full avgift.
- Övrigt** Meddela allergier eller behov av specialkost till Fredrik Möllerström.
Telofon: 076-890 59 12, E-post: fredrik.mollerstrom@gmail.com
- Kallelse** Kallelse och detaljerat program skickas till deltagarna ca 4 dagar före kursstart.

Välkommen till en utbildningshelg med fokus på löpning!