

Grenskola slägga

- En fördjupningskurs för aktiva och tränare

Gotlands och Stockholms Friidrottsförbund bjuder härmed in till en djuplodande grenskola i slägga för aktiva i åldrarna 14–17 år samt tränare för denna ålder.

Ungdomarna utför övningarna medans tränarna observerar och dokumenterar. Det blir massor med drillar, kastning, styrka samt en kort introduktion till programskrivning.

Datum:

Sön	24 april	Kl. 11-13 på Enskede IP	(flyttas till Sättra vid dåligt väder)
Sön	1 maj	Kl. 11-13 på Enskede IP	(flyttas till Sättra vid dåligt väder)
Lör	7 maj	Kl. 14-16 på Enskede IP	(flyttas till Sättra vid dåligt väder)
Sön	22 maj	Kl. 11-13 i Sättra Friidrottshall	

Plats: De första tre träffarna på Enskede IP och sista träffen i Sättra Friidrottshall.

Avgift: 1 200 kronor/tränare, 600 kronor/aktiv
Anmälningavgiften faktureras till föreningen i efterhand. För tränare som fullföljer kursen (= deltar vid minst tre tillfällen) kommer föreningen automatiskt att erhålla ett bidrag på 600 kronor via SFIF/RF.

Anmälan: **Senast fredagen den 15 april 2022.**
Aktiva anmäler sig via följande länk:
<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1613316>
Tränare anmäler sig via följande länk:
<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1613310>

OBS! Antalet platser är begränsat till 6 aktiva och 12 tränare. Besked om deltagande mailas ut **tisdagen den 19 april**. Vi tillämpar principen "först till kvarn" i kombination med att säkerställa spridning mellan föreningarna.

Utbildare: Jörgen Karlsson, en välkänd kasttränare i distriktet med mycket goda kunskaper i de tunga kasten och med flera kastare på högsta nivå..

Frågor: Frågor om kursens innehåll besvaras av Jörgen på mail: jorgen.ingvar.karlsson@gmail.com Frågor om anmälan besvaras av Göran Qvarfordt via e-post goran.qvarfordt@08fri.se eller telefon 070-210 07 93.

VÄLKOMNA!