

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:

- Träningsupplägg
- Kastteknik
- Taktik

Boulespecifikt upplägg:

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

Datum:

Tillfälle 1: 14 Oktober (kl.18-21) digitalt möte

Tillfälle 2: 9-10 november

Tillfälle 3: digitalt möte med Anders Gerestrand

Kursledare: Ronnie Andersson och Anders Gerestrand

Plats: Uppsala, Lördag Arenahotell och söndag Uppsala Boulehall

Kostnader: 1800kr + resor och boende

Tips! på boende är [Arenahotellet](#)

Kostnadsbeskrivning: Anmälningsavgiften faktureras till din förening. Om din förening tillhör RF-SISU Uppland och du blir godkänd från utbildningen kommer du få ekonomiskt stöd från RF-SISU Uppland. Du som anmäler dig från ett annat RF-SISU distrikt, ta kontakt med din idrottskonsulent eller till kansli@svenskboule.se för att kunna ta del av ekonomiskt bidrag.

Resor och ev. övernattnings ombesörjer deltagare/förening själva. Finns möjlighet för din förening att söka ekonomiskt stöd via Sv. Bouleförbundet återstartsstöd för delar av kostnaderna för resor och logi. Läs mer på förbundets hemsida om [Återstartsstöd - utbildning](#)

Frågor? Hannele Kangas, Hannele.kangas@svenskboule.se eller kansli@svenskboule.se

Anmäl dig här:

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1928303>

Sista anmälningsdag: 6 oktober

