



Svenska Brottningsförbundet Tränarkurs steg 1 - *Träningspasset*



För att utveckla ledarna inom svensk brottning har Svenska Brottningsförbundet tagit fram en ny utbildningsstege. Utbildningsregion 4 erbjuder första steget, **Träningspasset**, där vi går igenom hur man planerar och genomför ett träningspass för de yngre brottarna.

Målet med kursen är att utbilda tränare som ska kunna leda träningar. Nivån på träningen är för nybörjare. Kursen varvar teori med praktik. Teorin tar vi direkt på mattan så det blir inget separat teoripass. Vi går i lugn takt igenom ett träningspass olika delar och vad man behöver tänka på.

Datum: Lördagen den 17 december 2016.

Tid: Samling kl. 10.00, slut cirka kl. 15.00.

Plats: Umeå Energi Arena - [Vatten, B-hallen, Umeå](#).

Kostnad: 150 kr inklusive lunch. Betalas på plats via kort eller Swish.

Anmälan: Via länk på Umeå Brottnings hemsida www.umeabrottning.se
Senast den 15 december 2016.

Klädsel: Vanliga träningskläder.

Kursledning: Samuel Eriksson, 070-2130728 och Conny Tärnklev, 070-3221814.

Hör av dig om du undrar över något, umbrottning@gmail.com

Välkommen hälsar,

Svenska Brottningsförbundet och Västerbottens Brottningsförbund

Samuel Eriksson, Conny Tärnklev