

Styrkelyftssymposium 2024

Svenska Styrkelyftförbundet bjuder in till Symposium för medlemmar 25–27 oktober på Bosön!

Symposiet kommer att genomföras på Bosön 25–27 oktober och erbjuda inspirationsföreläsningar, erfarenhetsutbyte och valbara workshops/föreläsningar med **temat: "Hållbar idrottare"!**

Innehåll:

Symposiets tema: Hållbar idrottare!

- En utav föreläsningarna är **Ätstörningar och tvångsmässig träning- vad vet vi idag? Som genomförs av Sofia Selenius och Elin Widuch.**

Sofia Selenius är projektledare för området idrott och ätstörningar i Frisk & Fri-Riksföreningen mot ätstörningar, samt föreläsare inom området. Hon har en bakgrund som innebandyspelare och även egen erfarenhet av ätstörningar som tidigare drabbad.

Elin Widuch är Leg. Fysioterapeut och arbetar inom Specialistpsykiatri på en Ätstörningsmottagning med rehabilitering under och efter ätstörning, tvångsmässig träning samt återgång till träning och idrott efter ätstörning. Elin har egen erfarenhet av träning i styrkelyft.

Föreläsningen är obligatorisk för samtliga deltagare på symposiet och är en del av Svenska Styrkelyftförbundets satsning som genomförs tillsammans med Frisk & Fri – Riksföreningen mot ätstörningar. Vill du veta mer om satsningen? Klicka [här](#).

Deltagandet på symposiet är kostnadsfritt med kost som ingår. Boende är kostnadsfritt för de deltagare som bor 10 mil från Bosön. Boendetyp är dubbelrum och indelning görs utifrån förening och kön.

Åldersgräns är 18+ men om en medlem vill åka som inte är 18 år behöver föreningen ge intyg på att personen är mogen nog att delta. Detta görs till utbildning@styrkelyft.se

Deltagare kan söka stöd för resan till och från Bosön via projektstödsmedel *Utbildning SSF Projektstöd IF 2024-2025 (styrkelyft.se)* Stöd för resan kan sökas fram till den 18e oktober. Behöver ni stöd med ansökan eller har frågor kring stödet kontakta idrottskonsulent Eddie Karlsson – eddie.karlsson@styrkelyft.se

Anmälan görs via IUP: utbildning.styrkelyft.se OBS: Begränsat antal platser.

Sista anmälningsdag: 14 augusti

När du har anmält dig kommer det dyka upp en knapp där det står **"Hitta tillfällena att anmäla dig till"** klicka på knappen och välj "Styrkelyftssymposium 2024 Bosön" och anmäl dig IGEN. Vid den anmälan fyller du i allergier, kontaktuppgifter, om du önskar boende och bor utanför de angivna milen och eventuellt önskemål om rumskamrat.

Detta måste göras för att färdigställa anmälan!

Efter anmälningsstiden har stängt kommer vi att öppna anmälan till valbara workshops och föreläsningar. Du ska då anmäla dig till de workshops/föreläsningar du vill medverka på. **Om anmälan ej görs till valbara workshops/föreläsningar kommer vi placera dig.**

Inför deltagandet på symposiet måste utbildningen I CARE - Idrottsledarutbildning om ätstörningar vara genomförd innan 26 oktober. Du hittar I CARE i utbildningsplanen på "Styrkelyftssymposium 2024" på IUP.

Schema:

Fredag 25/10

Drop in middag med start 18.00 - 20.00 - *Om du kommer senare än 20.00 och önskar mat behöver du kontakta utbildning@styrkelyft.se*

Lördag 26/10

Start 09.00

Slut ca 16.30

Söndag 27/10

Start 09.00

Slut 15.00

Kost som ingår för deltagare med boende: frukost, förmiddagsfika, lunch, eftermiddagsfika x2 och middag fredag/lördag.

Kost som ingår för deltagare utan boende: förmiddagsfika, lunch, eftermiddagsfika x2 och middag lördag.

Avbokning sker skriftligt till utbildning@styrkelyft.se senast 7 dagar innan tillfälle. Vid senare anmälan tillkommer en avgift (kostnad för mat och logistik). Vid sjukdom/skada krävs intyg.

Adress: Bosön

Bosövägen 1-5, 181 47 Lidingö

Hitta till Bosön: <https://www.google.com/maps/search/?api=1&query=Bos%C3%B6v%C3%A4gen>

Incheckning görs vid reception.