



Ungdom/Junior Tränarutbildning 1:

Praktiskt tillfälle i Eskilstuna 23–24 november

Det genomförs ett praktiskt utbildningstillfälle i Eskilstuna 23–24 november som riktar sig till dig som vill vara tränare för ungdomar/juniorer inom Styrkelyft och till dig som lyftare i kategorin ungdom/junior. Kursmaterialet utgår utifrån en grundläggande nivå då det utgör det första steget i ålderskategorin Ungdom/Junior.

! Förening kan ansöka om stöd för kurskostnad, resa samt boende för deltagande medlemmar via projektstöd IF – Utbildning SSF via IdrottOnline. Kontakta eddie.karlsson@styrkelyft.se för hjälp med ansökan.

Information om praktiskt utbildningstillfälle i Eskilstuna:

- Datum: 23–24 november
- Sista anmälningsdag: 11 november
- Adress: Allmänna sportklubben - Verkstadsgatan 5 633 42 Eskilstuna
Samling utanför Munktellarenan vid utbildningens start.
- Kontakta Lisa Karlsson - 076-7214586 vid frågor om utbildningstillfället.
- Arrangerande förening är Allmänna Sportklubben Eskilstuna med SSF.
- Tag med ombyte för praktiska moment.
- Lunch och lätt fika ingår vid utbildningstillfället.

OBS: Utbildningstillfället är sökbart för alla medlemmar i SSF oavsett distrikt!

Tider för praktiskt utbildningstillfälle:

Lördag: Start 09.00 - Slut 17.00

Söndag: Start 09.00 - Slut 16.30

Det praktiska utbildningstillfället är en helg blandat med teori och praktik som på en grundläggande nivå går igenom hur ledarskap, teknik, fysiologi och motivation kan se ut för en ungdom/junior inom styrkelyft!

I utbildningen ingår även digitala modulerna som du som deltagare kan genomföra innan eller efter det praktiska utbildningstillfället. Slutligen avslutas utbildningen med en kort examination.

Utbildningen tar cirka 20 timmar att gå igenom (praktiskt utbildningstillfälle + digitala moduler + examination).

! Anmälan och genomförande av digitala moduler görs via Idrottens Utbildningsplattform (IUP) <https://utbildning.styrkelyft.se/>

När samtliga digitala moduler, praktiskt utbildningstillfälle och examination är avklarad kan du hämta ut ett kursintyg OCH få tillgång till ett resursbibliotek fyllt med material från utbildningen som kan användas för egen reflektion! Kursintyg och resursbibliotek hämtas via Idrottens Utbildningsplattform (IUP).

Deltagaravgiften är 1500kr där deltagaren betalar med swish/kort i samband med anmälan.

! För att genomföra Ungdom/Junior Tränarutbildning 1 **måste** Grundtränarutbildning A vara genomförd eller validerad. För information om Grundtränarutbildning A se [här](#). Kontakta utbildning@styrkelyft.se vid frågor/funderingar.