

Internutbildning i hopp

Hellas Friidrott hälsar alla klubbens tränare välkomna till utbildning i längd/tresteg och stav till Björknäs IP söndag den 24 september kl 10-12.30 (cirka)

10.00-11.00 Längd/tresteg, instruktör Jeanette Sténson Hallgren

11.00– 12.30 Stavhopp, instruktör Carl Sténson

Kom ombytta så ni får testa på!!!

Det vore bra om vi kunde få ”låna” några barn att visa med. Meddela oss om ni kan ”avvara” några. Agnes Asplund finns på plats för att hjälpa till i grupperna så att alla tränare kan närvara. Kanske kan ni dela upp er i teamen så någon ur teamet är med på vaje del.

Presentation av instruktörerna

Carl Sténson, 93

En av Sveriges främsta seniorer i stavhopp, tre senior SM guld, deltagit på två lag EM för senior, flera Junioer EM, Finnkamper, blivit utnämnd till Stockholms bästa 17 åring samt även jobbat som utbildare i stavhopp åt Stockholms friidrottsförbund.

Jeanette Sténson Hallgren, klubbens huvudtränare

Jeanette har varit tränare i över 18 år. Har nästan alla utbildningar inom friidrott som arrangerats i Sverige, inklusive Elittränarutbildningen på Linnéuniversitet i Växjö (45p), där uppsatser skrivits om Talangutveckling, Biomekaniska analyser om uthopp i längd/tresteg, Idrottsskador (hamstring, benhinnor), Årsplanering i friidrott och mycket mer. Har tränat flera från 7 års ålder upp till seniorelit.

Mycket välkomna

Jeanette Sténson Hallgren
jeanette@hellasfriidrott.se

Ps Intresserade föräldrar är förstås också välkomna

