

## Inbjudan Uc Fri Mitt fördjupningsträff i kastgrenar

Breddläger 12-15år i kombination med SFIF ungdomstränarutbildning steg 1 i kast

- Tid: 25:e -26:e mars 2017. Vi börjar kl 13:00 på lördagen ombytta och klara och avslutar på söndagen efter lunch.
- Målgrupp: Ungdomar födda 02-05 och tränare intresserade av kastgrenar .
- Innehåll: Två träningar för aktiva och utbildning i kastgrenar steg 1 för tränare. Teknik & teori i kastgrenar med praktik och workshop.
- Instruktörer: Mattias Jons ( ansvarig) mfl
- Plats: Friidrottshallen i Falun
- Boende: Scandic hotell Lugnet
- Avgift: 1100kr/aktiva och 1700kr/tränare. Avgiften betalas till Dalarnas friidrottsförbund BG 5100-7912 i samband med anmälan. I kursavgiften ingår träning, teori, logi och mat ( mellanmål, middag, frukost och lunch). Idrottslyftsbidrag från RF delas ut till medverkande efter lägret, 600 kr/tränare och 400kr/aktiv.
- Återbud: Skall alltid meddelas till [fredrik.mollerstrom@gmail.com](mailto:fredrik.mollerstrom@gmail.com). Vid återbud senare än fem dagar före kursstart debiteras 500kr.
- Anmälan: Både aktiva och tränare använder nedanstående länk till utbildningsmodulen. Obs! Sista anmälningsdag 9/3.

<http://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/943324>

Obs! Epost, personnummer samt klubbens organisationsnummer behövs!

- Upplysningar: Mattias Jons, Riksfriidrottsgymnasiet i Falun / UC – Kast ambassadör , tel. 072-526 36 44  
Särskild kost meddelas till Fredrik Möllerström, [fredrik.mollerstrom@gmail.com](mailto:fredrik.mollerstrom@gmail.com)



Detaljerat program skickas ut till deltagande tränare och aktiva ca fyra dagar före.

**VÄLKOMNA!**