INBJUDAN

GRUNDUTBILDNING FÖR TRÄNARE + SKIDLEKA

ULRICEHAMN 18 – 19 OKTOBER 2025

Välkommen till Götalandshelgen i Ulricehamn. Här kommer vi att genomföra tre olika utbildningar inom längdskidåkning; Tränarutbildningarna Skidleka + Grundutbildning för tränare, Skidlära och Skidträna. Vi kör tillsammans med skidgymnasiet i Ulricehamn också ett ungdomsläger för åldrarna 13-16 år för Götalandsdistrikten. Det blir därmed ett perfekt tillfälle att samverka med ledare, tränare, aktiva och längdskidintresserade från olika föreningar och distrikt i Götaland.

Götalandshelgen inleds gemensamt kl 10.00. Därefter kommer respektive utbildning och läger att ha ett eget program, men vi kommer såklart att äta måltiderna tillsammans.

Här nedan följer information och anmälan till Tränarutbildning Skidleka + Grundutbildning för tränare!

Målgrupp

Grundutbildning för tränare vänder sig till tränare på alla nivåer och ger dig en bra grund att utgå ifrån i din fortsatta tränarroll.
Grundutbildningen kommer att genomföras med det skidspecifika tillägget **”Skidleka”** som är Svenska Skidförbundets utbildning för barn upp till ca 9 år. Där får du lära dig grunderna inom längdskidåkning för barn samt pedagogiska verktyg för att planera och genomföra åldersanpassad träning för barn. Åldersgräns för att delta på utbildningen är 14 år. Vi rekommenderar att yngre deltagare har en mentor från föreningen under utbildningstiden.

Utbildningsform och omfattning

Utbildningen sker genom ett varierat lärande med såväl egenstudier via en webbplattform till fysisk träff och eget arbete. Utbildningen omfattar totalt ca 35 lektionstimmar á 45 minuter.

Utbildningens innehåll och mål

Stor vikt läggs på ledarskap och hur du kan skapa goda förutsättningar för

Svenska Skidförbundet
Riksskidstadion, SE-791 19 FALUN
Telefon: +46 (0)10-708 69 00
Webb: www.skidor.com

Huvudsponsor
SVENSKA SPEL

att de aktiva ska bli motiverade och få möjlighet att lära och växa som människor och idrottare. Vi vill att du som tränare ska få ett bra stöd, känna dig trygg och bli inspirerad till att skapa egna träningar där de aktiva mår bra, har roligt och utvecklas.
Grundutbildningens avsnitt består av:

- Jag och idrottsrörelsen
- Jag och ledarskapet
- Jag och träningen
- Jag och utövaren
- Valbart avsnitt

Tid och plats

Utbildningen startar genom en digital uppstartsträff:
Onsdag 1 oktober 2025 kl. 19:00 – 21:00

Efter uppstartsträffen sker egenstudier via utbildningswebben.

Fysisk träff 18 – 19 oktober:
Hotell Lassalyckan, Ulricehamn
Start kl. 10:00. Avslut ca 15:00 på söndag.

Adress: Sanatoriebacken 10, 523 33 Ulricehamn

Utbildare

Elisabet Lamberg-Nordin, Klara Svensson

Kostnad

2500 kronor. I kostnaden ingår måltider och kursmaterial.
Du som representerar en förening kan söka Idrottsmedel för del av kostnaden, **senast två veckor efter avslutat utbildning.**
https://www.skidor.com/idrotter/langdakning/utbildning/idrottsmedel

Anmälan

Anmälan senast 21 september via webblänken:
https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/2086328

Kallelse med program skickas via e-post cirka 1 vecka innan kursstart.

Betalning

Via faktura från Svenska Skidförbundet.

Avbokning

Avbokning före den 25 september utan kostnad, därefter full betalning.

Frågor

Kontakta någon av utbildarna:
Elisabet Lamberg-Nordin: elisabet.lambergnordin@gmail.com eller 070-242 22 41
Klara Svensson: svensson.klara@outlook.com eller 070-723 26 37

Eller:

Robin Isbring (Längdkonsulent Götaland SSF) robin.isbring@skidor.com eller 070-3015213

Välkommen!