



## **SFI Friidrottens Barnledarutbildning**

### **KURSPROGRAM**

#### **LÖRDAG**

09.00-10.00	Öppning, Löpningens och gångens teori
10.00-12.30	Allmän praktik
12.30-13.30	Lunch
13.30-15.30	Löpningens och gångens praktik

#### **SÖNDAG**

10.00-12.00	Hoppens teori och praktik
12.00-13.00	Lunch
13.00-15.00	Kastens teori och praktik

Båda dagarna innehåller såväl teori som praktisk undervisning inomhus och utomhus. Vänligen utrusta er därför med lämplig klädsel och skodon för träning. Reservera egen lunch eller pengar för lunch.

Vid frågor kontakta :Petra Stenman ( SFI Sportchef) +358407234777

VÄLKOMMEN

