

Inbjudan Barntränare i friidrott

En inspirerande grundutbildning för dig som vill lära dig att leda trygg och lekfull friidrottsträning för barn i åldern 7–10 år.

Utbildningen ger grundläggande kunskap och förståelse för barnens motoriska och fysiska utveckling samt hur friidrottens övningar kan anpassas för att möta barnens behov.

Om utbildningen

Du får praktiska verktyg och kunskaper för att planera och genomföra träningspass som stimulerar grundläggande rörelseförmågor som balans, koordination och styrka – allt genom lek och rörelse som passar åldersgruppen. Syftet är att skapa en trygg och positiv introduktion till friidrott, där barnens rörelseglädje och nyfikenhet står i centrum, och att väcka ett ökat intresse för friidrotten.

Utbildningen innehåller både digitala självstudier (ca 7,5 tim) och en fysisk träff (ca 8 tim). De digitala självstudierna genomförs innan den fysiska träffen och blir tillgängliga så snart du är anmäld.

Vid behov kan det tillkomma en digital uppföljning (ca 1–2 tim) efter den fysiska träffen.

OBS! Du behöver kunna identifiera dig med **Freja+** för att komma åt kursmaterialet.

[Så skaffar du Freja+](#)

Datum: Fysisk träff lördag 21 mars kl. 09:00-17:00. Digitala självstudier genomförs innan den fysiska träffen.

Plats: Centrala Idrottsplatsen i Lund, Trollebergsvägen 26, [Hitta hit](#)

Anmälan: Via [Kunskapsarenan](#) senast söndag 8 mars.

Avgift: 1500 kr inkl. lunch och fika. Din förening erhåller i efterhand ett bidrag om 500 kr per godkänd deltagare.

Vid frågor, kontakta Maria Bengtsson: kansli@skanefriidrott.org eller 0730-96 98 95.

Välkommen!