

Inbjudan Friidrottstränare steg 2 (fd.12–14 år)

*Skånes Friidrottsförbund bjuder in till utbildningen **Friidrottstränare steg 2**.*

Utbildningen ingår i Svensk Friidrotts centrala utbildningsplan och är det andra obligatoriska steget i utbildningsstegen.

Utbildningen syftar till att fördjupa tränarnas kunskaper och färdigheter i att leda ungdomar, främst i åldern **12–14 år**, inom friidrottens olika grenar. Du får verktyg för att organisera, planera och genomföra varierade och pedagogiskt anpassade friidrottsträningar som utvecklar ungdomarnas teknik, fysik och koordination under åren före och under puberteten. Fokus ligger även på att skapa en inspirerande och säker träningsmiljö som främjar ett livslångt idrottande.

Behörighet

För att delta behöver du:

- vara godkänd på utbildningen **Friidrottstränare steg 1**
- ha genomfört RF-SISU:s **Grundutbildning för tränare** ([Anmälan till Grundutbildning för tränare](#))

Om utbildningen

Utbildningen består av flera samverkande delar:

- **Digitala självstudier:** ca 7 timmar (genomförs före de fysiska träffarna)
- **Hemuppgift:** två uppgifter med redovisning
- **Fysiska träffar:** två träffar, totalt ca 16 timmar
- **Digital träff:** avslutande digital träff, ca 5 timmar
- **Utvärdering:** i utbildningsportalen

När du har genomfört samtliga moment ovan är du godkänd och kan ladda ner ditt digitala kursdiplom i utbildningsportalen.

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

Fysisk träff: söndag 22 mars kl. 09.00–17.00

Digital träff: lördag 11 april kl. 09.00–14.00

Digitala självstudier genomförs innan den fysiska träffen.

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

Anmälan: Via **Kunskapsarenan** senast söndag 8 mars.

Avgift: 4 800 kr (inkl. lunch och fika). Föreningen erhåller i efterhand ett bidrag på 1 700 kr per godkänd deltagare.

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

Välkommen!