

Mångkampsläger i Uppsala 16-18 juli 2018

UC Fri Mitt inbjuder till Mångkampsläger för aktiva 12-16 år och tränarfortbildning i mångkamp för tränare på den nya friidrottsarenan i Uppsala.

Lägret är öppet för aktiva och tränare i hela Sverige.

- Tid:** 16-18 juli 2018. Vi inleder kl. 18:00 på måndag kväll. Under kvällen kommer vi att ha lägeruppstart samt gemensamma aktiviteter. Under tisdagen och onsdagen kommer vi att genomföra fyra träningspass, ha sociala aktiviteter samt ha föreläsningar för aktiva och ledare. Vi avslutar senast 15.30 på onsdagen.
- Målgrupp:** Mångkampsintresserade ungdomar födda 2002-2006 samt deras föreningstränare. Rikstäckande intag.
- Innehåll:** Tre dagar med träning, föreläsningar och sociala aktiviteter. Ledarna för träningspassen kommer att vara aktiva och tränare som själva håller på med mångkamp på junior och seniornivå eller som tränar mångkampare. Hemmatränare som är med på lägret kommer att få ett skräddarsytt utbildningsprogram för mångkamp, bestående av föreläsningar, diskussioner om att träna mångkampare och observationsuppgifter som ska lösas under de aktivas träningspass.
- Plats:** Uppsalas friidrottsarena.
- Boende:** Arena hotellet i Uppsala, i huvudsak 3- och 4 bäddrum.
- Avgift:** 1600kr/ deltagare. **Avgiften betalas till Dalarnas friidrottsförbund BG 5100-7912 i samband med anmälan.** I kursavgiften ingår träning, teori, logi och mat. Idrottslyftsbidrag från RF betalas ut till föreningen i efterhand för medverkande aktiva och föreningstränare, 800 kr/person. Föräldrar som vill vara med på lägret betalar 1600kr, inget bidrag utgår.
- Obs! Lägret har ett minsta och ett högsta antal deltagare för att kunna genomföras. Vi förbehåller oss rätten att ställa in vid för få deltagare och även rätten att stänga anmälan om deltagarantalet blir för stort.
- Återbud:** Återbud senare än fem dagar före debiteras med 800kr.
- Anmälan:** Senast 15 juni 2018. Anmälan via utbildningsmodulen. Använd länken nedan både för aktiva, tränare och föräldrar:

<http://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1120107>

OBS! Hela personnummer (ååååmmdd-xxxx), klubbens organisationsnummer samt epost, eventuella allergier vid anmälan. Anmäl dig i tid. Program & kallelse skickas via e-post några dagar innan utbildningen.

Har ni övriga frågor vänligen kontakta:

Kristina Söderlund: 0708-563084, kristina.soderlund.ask@gmail.com

Ulrik Mattisson: 073-0684862, ulrik.mattisson@friidrott.se



Vi ser fram emot din anmälan och att få träffa dig!

UC Fri Mitt i samarbete med Svenska friidrottsförbundet **Välkomna!**