



# Energiboostande workshop

**Om du gör ett misstag är det ett bevis på att du försöker!**

Hur kan laget bli ännu starkare tillsammans, och var och en för sig? Hur skapar man en utvecklande, trygg och stimulerande miljö för såväl spelare som tränare/ledare? Det är lite av det som vi kommer diskutera under två timmar tillsammans med Jenny!

## Fler saker som vi kommer prata om:

- Laganda – miljö-beteende
- Träning/match/tävling
- Hur stöttar vi varandra? – Visa respekt
- Feedback, stärka varandra, stärka sig själv
- Gemensamma regler?

Jenny Hedlund har totalt fem VM guld som Assisterande Förbundskapten och spelare för damlandslaget i innebandy. Jenny inspirerar, utvecklar och ställer utmanande frågor med glimten i ögat.

Perfekt inspiration och utbildning för idrottsutövare och ledare från 12 år och äldre, oavsett idrott. Ta chansen och anmäl ditt lag/grupp.

## Citat från tidigare deltagare:

“Jag kan garantera dig att ditt föredrag går in på min topp 3 lista över bästa föredrag! Helt otroligt hur du fick med dig gruppen & deras sätt att våga öppna sig! Jag själv fick många tankar & idéer! Så ett stort tack till dig.”

**Utbildare** Jenny Hedlund

**Tid** I överenskommelse med er idrottskonsulent på RF-SISU Gotland och utbildare Jenny Hedlund

**Plats** I er klubbstuga, på Idrottens Hus eller på annat lämpligt ställe

**Kostnad** Kontakta din idrottskonsulent, utbildningen kan bli helt kostnadsfri

**Kontakt** RF-SISU Gotland  
utbildning.gotland@rfsisu.se  
0498 – 20 70 50



**Gotland**