

**Kickstarta  
vårterminen**



## **Rörelseförståelse & rörelsesatsning**

Rörelseförståelse är en helhetssyn på fysisk aktivitet, där målet är att fler ska röra på sig hela livet. Genom rörelseförståelse i träning och tävling utvecklar du dina färdigheter inte bara fysiskt – utan även socialt, psykiskt och idrottsligt.

RF-SISU Halland erbjuder en utbildning bestående av totalt tre timmar varav två timmar teori och en timme praktiska övningar.

I utbildningen ingår en väska full av utrustning för att skapa goda förutsättningar för mer rörelse i din förening. Väskan innehåller allt från rockringar och ärtpåsar till golvmarkeringar. OBS - begränsat antal väskor finns att tillgå.

**Kontakta din förenings idrottskonsulent för mer info och bokning av utbildningen redan idag!**



**Halland**