



FÖRELÄSNING

HJÄLP! DET HÄNDE EN OLYCKA...

Var la jag lindan nu igen? Hur ska jag handla vid en akut skada? När kan idrottaren återgå till träning? Vad kan jag göra om någon har ont? Frågorna brukar vara många när olyckan är framme.

Denna föreläsning ger dig som tränare kunskap om hur du kan hjälpa dina adepter tillbaka till idrotten på ett snabbt och säkert sätt efter skada. Föreläsningen riktar sig till ledare, tränare och/eller föräldrar med aktiva från 12 år och uppåt. Möjlighet finns att anpassa innehållet till era behov och er specifika idrott.

- Allmänna principer för tejpning av idrottsskador
- Teori blandas med praktik
- Föreläsningen kan med fördel genomföras i anslutning till träningslokal

OM FREDRIK JANSSON

Fredrik är utbildad naprapat och har arbetat som medicinskt ansvarig inom fysstaben vid Riksidrottsgymnastiet Judo.



KOSTNAD

1.500 :-
+ RESA

TID

CA 1,5 TIMMA

MAX ANTAL

CA 20 PERSONER

BOKA EN UTBILDNING

Kontakta din förenings idrottskonsulent eller receptionen på idrottens hus: 019-17 55 00