



FÖRELÄSNING

SKADEHANTERING

Vill ni också vara förberedda när olyckan är framme?!

Med enkla och handfasta tips samt praktiska övningar får ni ökad kunskap som gör er bättre förberedda för skador och förslitningar.

Syftet med föreläsningen är att få ledare och föräldrar att agera snabbt om olyckan är framme. Ett snabbt ingripande är avgörande för hur lång rehab-tiden blir för den skadade. Föreläsningen vänder sig till ledare, föräldrar och aktiva (rekommenderad ålder 14 år och uppåt).

Innehållet i föreläsningen styrs till stor del av och tillsammans med er i föreningen samt bygger på era önskemål och behov. Innehåll:

- Föreläsning
 - Akut skadehantering
 - Tejp tekniker
- Praktisk övning

OM MATS BECKNE

Mats Beckne har 50 års erfarenhet av idrottsskador, massage och tejpning. Mats har själv varit ledare handboll, basket och i landslaget i cykel, innebandy samt har som aktiv cyklat 36 Vätternrundor. Som föreläsare har Mats många års erfarenhet och drivs av möta ideella krafter som vill utveckla och förbättra fysisk aktivitet för alla.



KOSTNAD

1.000 :-
+ RESA & MATERIAL

TID

CA 2-3 TIMMAR

MAX ANTAL

CA 30 PERSONER

BOKA EN UTBILDNING

Kontakta din förenings idrottskonsulent eller receptionen på idrottens hus: 019-17 55 96