

Skapa mästare med Sportsbasics

Kurs i Sportsbasics med Mats Mejdevi – för tränare inom alla idrotter.

Kursen i Sportsbasics vänder sig till tränare som vill få bättre förståelse för att förbereda atleter för en kommande elitkarriär och för att kunna ta nästa steg mot framgång. Kursen syftar till att ge bestående och hållbar utveckling genom varierad, inspirerande och skadeförebyggande träning med konceptet Sportsbasics. Att kunna se helheter, tänka först barn, sedan kropp, mot sport och skapa mästare. Kursen vänder sig till tränare inom alla idrotter och tränare som vill vidareutveckla sig.



Välkommen!
Mats Mejdevi, grundare av
konceptet Sportsbasics
och utvecklare av Sportsbasics.com

Mats Mejdevi är fysisk tränare, utbildad idrottslärare och tidigare förbundskapten för det manliga gymnastiklandslaget.
För mer information se www.sportsbasics.com

KURS I SPORTSBASICS

- Utbildare:** Mats Mejdevi
- Antal deltagare:** Begränsat antal platser
- Utbildningsmaterial ingår:** - Abonnement på Sportsbasics hemsida under 1 år
- Handbok "Träna med kroppen"
- Kursdatum:** Tisdag 10/1, 17:00 – 21:00
Onsdag 11/1, 17:00 – 21:00
- Plats:** Baltiska hallens styrkelokal
- Kostnad:** 10 500 kr + moms/deltagare
Deltagare kan genom sin förening söka stöd från idrottslyftet på 5 000 kr.
- Anmälan** senast 4/1 till Malmö idrottsakademi, marie.hilmersson@skaneidrotten.se
- Frågor?** Kontakta Marie Hilmersson marie.hilmersson@skaneidrotten.se, 010-4765705

ANMÄLAN SENAST 4/1

” För alla åldrar i alla idrotter

Sportsbasics är enkelt att använda och passar för alla åldrar i alla idrotter. Roliga och effektiva övningar för rörlighet, koordination och styrka som går från det enkla till det svåra.

Jan-Olov Jakobsson, Malmö idrottsakademi

” Mats är helt fantastisk

Du kommer lära dig allt från grunderna i fysisk utveckling till avancerade övningar som man enkelt kan implementera på världselit. Mats är helt fantastisk och han kommer lära dig hur man skapar en riktig atlet.

Stellan Kjellander, fystränare på Malmö idrottsakademi



Malmö Stadion, Stadionkontoret, Eric Perssons väg, 217 62 Malmö
Tel: 040-34 30 44; 0706-34 70 01 jan-olov.jakobsson@malm.se
malmoidrottsakademi.se facebook.com/malmoidrottsakademi

