Dags för utbildningar via Svenska Muaythaiförbundet på Bosön i Stockholm

[](http://www.bing.com/images/search?q=svenska+muay+thai+f%C3%B6rbundet&view=detailv2&&&id=8AE5191D065275BA871F18457E413122F934B4DA&selectedIndex=10&ccid=uotBvwg/&simid=608008533249885113&thid=JN.qUipOz1+zlOCcWlXmUWKew)

Domarutbildning

Näringsfysiologi

Skadeförebyggande träning för muaythai

8 dec

Utbildare/instruktörer: Fredrik Johnson domarrådets ordförande, Jill Holmström leg. dietist & Björn Rhodin föreläsare inom bl.a skadeförebyggande träning.

**Utbildningen startar kl 8.00 och avslutas ca kl 18.30.**

**Innehåll**

*SMTF:s domarutbildning omfattar poängbedömning och ringdomarens uppgifter. Kursen ger behörighet för att verka som domare inom SMTF. Tyngdpunkten i kursen kommer att ligga på poängbedömningen samt en introduktion om ringdomarens arbete.*

*Näringsfysiologi. Hur ska du äta för att prestera maximalt, både i din idrott och i ditt privatliv? Jill Holmström är leg dietist och flitigt anlitad föreläsare inom området. Hon har även varit aktiv mma-fighter och kommer att beröra ämnet matchbantning. Efter föreläsningen kommer tid finnas för övriga frågor.*

*Skadeförebyggande träning. Björn Rhodin är grundare av Caladrius rehabiliteringsklinik. Björn har jobbat med både landslag i både muaythai och kickboxning och kommer att prata om hur vi kan träna för att undvika vanligt förekommande skador.*

Kostnad pp: 1500 kr

Alla medlemsföreningar hos SMTF får skicka 1 person på utbildningarna kostnadsfritt. Endast en anmälningsavgift på 150 kr betalas i samband med anmälan.

Samtliga anmälningar är bindande och betalning för övriga platser sker via faktura före kursstart, först till kvarn gäller.

OBS! Tillresta gäster ordnar själva boende.

Notera att pengar för utbildning ofta går att söka tillbaka i hemkommun eller hos Sisu idrottsutbildarna så ofta går det att få detta gratis (hör efter själva).

Anmälan sker via detta formulär: [länk](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfyEQ5_k5hmSURdYclnGjB5HmO075gFE7AOvzb9Q_Lf2CiJnQ/viewform?c=0&w=1)

Sista anmälningsdag är den 31 oktober 2018.

Notera att ni måste vara en medlemsförening hos Sv. Muaythaiförbundet för att få vara med.

*Utförligt program och kallelse skickas ett par veckor innan kursstart.*

**Varmt välkomna.**

**SMTF**