



Program

Lördag 5 maj

12-13 Incheckning och lunch

13-13.15 Inledning

13.15-15 Föreläsning – Kost och prestation.

Petra Lundström, anlitad av Riksidrottsförbundet som sakkunnig inom idrottsnutrition sedan 2008. Läs mer om Petra på

<http://svenskidrottsnutrition.se/idrottsnutritionsradgivare/godkanda-radgivare/petra-lundstrom/>.

15-15.30 Fika

15.30-18 Föreläsning – Inspiration och nyfikenhet till att utveckla ditt personliga ledarskap.

Sebastian Ohlsson, föreläst och undervisat i ledarskap och gruppsykologi inom både idrottsliv, näringsliv och på Universitetsutbildningar. Han har arbetat som konsult mot näringsliv och organisationer sedan 2000. Sebastian är en av delägarna i Ledarskapscentrum. Läs mer om ledarskapscentrum på <http://ledarskapscentrum.se/>.

18-19 Middag

19-21 Föreläsning – Träningsplanering och formtoppning.

Sandor Csergö, elittränare och har bland annat varit anlitad av SOK i uppdrag att kartlägga motståndare. Han har även arbetat med svensk brottnings utvecklingsverktyg.

Söndag 6 maj

8-12 Erfarenhetsutbyte och implementering av utvecklingsverktyg

9.30-10.30 Möjlighet till fika

12-13 Lunch

13-14 Medieträning – Hur bör vi hantera media?

Jonatan Broberg, informatör SB&K.

14-15 Dialog mellan Elitansvariga och Janne Carlstedt RF