

RF-SISU-ambassadörer

Våra RF-SISU-ambassadörer står upp för en välkomnande, nyfiken och modig idrott där glädje och utveckling motiverar fler att idrotta hela livet. Oavsett om du är en känd idrottsprofil, föreningsengagerad eller bara brinner för idrottens utveckling, kan du bli RF-SISU-ambassadör. Du får då möjlighet till gratis utbildning! Som ambassadör hjälper du oss att skapa en kunnig och medveten idrottsregion.

Intresserad av att veta mer? Kontakta oss via kurser.vastragotaland@rfsisu.se.



Kontakta oss

Kontakta föreningens lokala RF-SISU konsulent för mer information om ytterligare utbud, kostnad samt hjälp med upplägg och genomförande.

Kontaktuppgifter hittar du via QR-koden eller på vår hemsida.

- www.rfsisu.se/vastragotaland
- kurser.vastragotaland@rfsisu.se
- Telefon växel: 031-726 60 00 (kl. 09.00-15.00)



Utbildningsprogram

Hösten 2020 / Våren 2021



Västra Götaland



RF-SISU - vad är det?

RF-SISU Västra Götaland är ett av Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas 19 distrikt. Vi är precis som de flesta idrottsföreningar och förbund i landet en ideell organisation.

Vårt uppdrag är att stödja, leda, utveckla, bilda och utbilda idrottsförelsen i distriktet så att den bedrivs för att ha roligt, må bra och utvecklas under hela livet i en trygg idrottsmiljö.

Jämställdhet för en framgångsrik idrott

In or outside the box (jargong/jämställdhet) Utbildningen ger deltagarna kunskap om materialet "In or outside the box" samt utvecklar förmågan att leda värdegrundsdiskussioner. En utbildning som är perfekt om ni har ledare eller andra vuxna som ni ger uppdraget att göra ett värdegrundsarbete i föreningen. Utbildningstillfällena för ungdomar går också att beställa där en utbildare kommer och pratar med dem. Tid: 3,5 tim.

Judo5-konceptet (utbildning om en metod för jämställdhetsintegrering)

Det startade som jämställdhetsarbete på klubb- och distriktsnivå (2013) och har nu växt till ett prisbelönt koncept för jämställdhetsintegrering, applicerbart på alla idrotter. Judo5-konceptet bygger på praktiska och strategiska insatser som möjliggör förändring i föreningen. Tid: 3,5 tim.

Bli en jämställd förening

Utöver kunskap om hur jämställd idrotten är idag, ges ni verktyg till att identifiera förändrings- och förbättringsområden för att möjliggöra en jämställd och framgångsrik idrott. Tid: 3,5 tim.

Idrottsmuseum & idrottshistoria

Är ni intresserade av att besöka något av distriktets idrottsmuseum? Besök deras respektive hemsidor nedan för öppettider och mer info". Göteborgs Idrottsmuseum, Tidaholms idrottsmuseum, Skövde idrottshistoriska museum, Borås idrottsmuseum.



Tillsammans med Göteborgs idrottsmuseum kan vi erbjuda utbildning i idrottshistoria. För att förstå nutiden är det bra med bakgrunden till varför vi är där vi är idag. Under utbildningen får ni ta del av utställningarna på idrottsmuséet och ni tas igenom historien både lokalt, nationellt och internationellt. Rekommenderat antal deltagare är mellan 8-20 st. Tid 2,5 tim.

Inkluderande idrott för alla

Så behåller vi ungdomarna

Föreläsning där ni får ta del av forskning kring hur föreningar lyckas behålla ungdomar inom idrotten. Tid: 2 tim.

HBTO-certifiering

Här får ni svar på vanliga, och ovanliga, HBTO-frågor. Ni får veta mer om rättigheter och skyldigheter, ord och begrepp. Vi diskuterar hur föreningens verksamhet kan bli mer inkluderande utifrån HBTO-perspektiv och ger konkreta tips kring likvärdigt bemötande. Tid: 3,5 tim.

"High five" – Fem steg till en handlingsplan

Hur kan vi jobba förebyggande mot mobbing, kränkningar och trakasserier inom idrotten? "High Five" hjälper föreningarna med en strukturerad process och handlingsplan för att skapa en så trygg miljö som möjligt för våra barn och ungdomar i idrottsföreningen. Målgruppen är organisationsledare och aktivitetsledare. Tid: 3 x 3 tim.

Inkluderande idrott

Lär er se och bli uppmärksamma på normer som präglar er idrottsmiljö. Vi analyserar och diskuterar hur det ser ut där du befinner dig och du får konkreta tips att ta med dig in i ditt ledarskap, tränarskap, styrelsearbete eller utövande. Utbildningen utgår från den öppna webbportalen *inkluderandeidrott.se*. Tid: 3,5 tim.

Inkluderande ledarskap för att möta idrottare med funktionsnedättning

I samarbete med Parasport Sverige har SISU Idrottsutbildarna och Riksidrottsförbundet tagit fram ett utbildningsmaterial som ska stödja och vägleda tränare som möter idrottare med funktionsnedättning. Tid: 3 tim.

Kontaktuppgifter till din RF-SISU konsulent

Varje idrottsförening och förbund i vårt distrikt har en RF-SISU konsulent knuten till sig. Det är en person som har till uppgift att stötta er idrottsförenings-/förbundsutveckling med kunskap och processledning samt i vissa fall även ekonomiskt.

Det är RF-SISU konsulenten som ansvarar för er föreningens RF-SISU resurs, den ni bygger upp genom att rapportera era aktiviteter i någon utav våra verksamhetsformer: lärgruppsstimmar, kurs, föreläsning, processarbete eller kulturprogram.

Via QR-koden hittar du kontaktuppgifter till våra idrottskonsulenter.

Du kan även ringa växeln på 031-726 60 00 (kl. 09.00-15.00)

Vår hemsida

Vill du läsa mer om hur vi kan stötta er förening/konsulent, hjälp med löneadministration eller juridisk vägledning. Eller vill ni kanske bli en del av något av våra projekt?

Besök vår hemsida: www.rfsisu.se/vastragotaland

Följ oss i sociala medier

Håll dig uppdaterad om spännande föreläsningar, utbildningar och processdagar, ta del av positiva exempel från andra idrottsföreningar och få senaste nytt om vad som händer inom idrotten i distriktet.



Beställ och genomför en utbildning i din idrottsförening

En utbildning kan ni beställa själva eller tillsammans med någon samarbets- eller grannförening.

Så här går det till:

- Ni läser vårt utbud, kontaktar er RF-SISU konsulent och beskriver era tankar och önskemål för hen.
- RF-SISU bokar en utbildare som besöker er förening vid önskat/önskade datum.
- Ni ansvarar för lämplig teorilokal med t ex bild- och ljud-möjligheter samt eventuell lokal till praktik om utbildningen innehåller praktiska moment.
- Utbildarens arvode samt eventuellt utbildningsmaterial kan bekostas med föreningens resurs hos RF-SISU om föreningen rapporterar sina RF-SISU aktiviteter.

Anmäl dig till en eller flera öppna utbildningar via mail

Du kan anmäla dig till en öppen utbildning/föreläsning och du hittar dem i datumlistan till höger. Vill du se ett urval av dessa kategoriserade utifrån geografiskt område, med tider och kostnader hittar du det på folderna baksidan. Du kan också läsa mer om kommande utbildningar på vår hemsida och i våra sociala medier.

Din kommun kan i många fall finansierat deltagaravgiften för din förening. Gå in och läs mer på anmälningsidan.

Eventuell deltagaravgift faktureras föreningen om inget annat anges i anmälan.

Kallelse mailas några dagar före utbildningen/föreläsningen till de deltagare som angett mailadress.

Uppge förening, personnummer och ev specialkost vid anmälan via mail till: kurservastragotaland@rfsisu.se, tel 070-926 58 33.

Anmälan:



Utbildningsutbud hösten 2020 / våren 2021

Ny syn på träning och tävling

Idrottsförälder

Att vara förälder till idrottande barn är spännande och roligt! Men vilket förhållningssätt och vilka riktlinjer ska vi idrottsföräldrar ha när det gäller barnet i idrotten och barnidrott? Här får du hjälp att hitta din roll som idrottsförälder - såväl till ditt barn som till idrottsföreningen. Tid: 3 tim.

Utän dig är vi ingen idrottsrörelse! – Engagera och motivera ideella ledare

En föreläsning som inspirerar till nytänk, motivationsklimat, vikten av bemötande, glädjefyllda uppdrag och att värda ledarskapet. Tips och erfarenhetsutbyten. Tid: 2 tim.

Ett stärkt ledarskap

Grundutbildning för tränare

Grundutbildningen bygger på aktuell forskning och ger dig en bra grund att stå på i din roll som tränare. Två fysiska träffar och egna studier via webbsida. Tid: 2 tim + 8 tim + egna studier.

Grundutbildning för tränare – Ungå ledare 14-20 år

Innehåll och tid är detsamma som vid Grundutbildning för tränare. Målgruppen är unga ledare mellan 14-20 år.

Fortsättningsutbildning för tränare

Nästa steg i tränarutbildningen efter Grundutbildning för tränare. Fördjupning utifrån utövarnas psykiska, fysiska, sociala och idrottsliga föråga. Tid: 2 x 3 tim + 8 tim + egna studier + digitalt klassrum.

Framtidens ledare – Ungå ledare 13-15 år

Barn- och ungdomsledarutbildning anpassad för de yngsta ledarna, mellan 13-15 år. Tid: 6 tim alt 12 tim.

Medspelare – Barnkonventionen i praktiken

Bli workshopsledere för metoden "Medspelare - Barnkonventionen i praktiken". En metod för att förverkliga barns inflytande över sin träning i ett samarbete med Röda Korsets ungdoms-förbund. Du får ett konkret upplägg att ta med dig till din träningsgrupp. Tid: 3 tim.

Idrottspsykologi

Vad påverkar vår prestation och vårt beteende? Hur hanterar vi utmaningar och problem? Vad gör jag som ledare för att skapa en bra prestations- och utvecklingsmiljö? Det handlar också om hur ledare och aktiva ska må bra i sin roll. Nytt upplägg inför hösten 2020 är hur vi skapar goda förutsättningar för utveckling utifrån Self-Determination Theory och genom praktisk tillämpning av samtalsmetoden Motiverande samtal, MI. Tid: 3 tim-6 tim.

Konsten att lära ut din idrott

Hur lär man ut sin idrott på bästa sätt när alla i din grupp är så olika? En kväll med inspiration kring inlärningsklimat, motivation och erfarenhetsutbyte. Tid: 2 tim.

Mens och träning

En föreläsning om hur menscykeln påverkar fysiskt och psykiskt. Anemi till följd av riklig mens, avbrott i mens kopplat till träning, PCOS och humörpåverkan är ämnen som berörs. Denna föreläsning kan anpassas för olika åldrar och är lämplig för ledare och föräldrar till idrottande tjejer/kvinnor samt för utövarna själva. Tid: 2,5 tim.

Styrketräning

Här får ni med er grunderna inom styrketräning och lär er analysera hur styrketräningen lämpligast kan utformas för just er idrott. Utbildningen kan ha en praktisk del. Tid: 2-8 tim.

Snabbhetsträning

Här får ni med er grunderna inom snabbhetsträning och lär er analysera hur snabbhetsträningen lämpligast kan utformas för just er idrott. Utbildningen kan ha en praktisk del. Tid: 2-8 tim.

Uthållighetsträning

Här får ni med er grunderna inom uthållighetsträning och lär er analysera hur uthållighetsträningen lämpligast kan utformas för just er idrott. Utbildningen kan ha en praktisk del. Tid: 2-8 tim.

Multidrottande - Varför då?

Föreläsning som ger dig argumenten till varför barn och ungdomar bör utöva flera olika idrotter under sin uppväxt. Utbildningen behandlar främst perspektiv utifrån barn och ungdomars fysiska utveckling. Tid: 2,5 tim.

Physical Literacy

Att lära sig använda sin kropp är lika viktigt som att lära sig att läsa och skriva. Med Physical Literacy skapas förmågan, förutsättningarna och viljan att vara fysiskt aktiv hela livet. Lär dig om konceptet under denna utbildning. Tid: 2,5 tim.

Webbutbildning: Antidoping

Vill ni Vaccinera klubben mot doping och bidra till att idrotten består av rena vinnare? På *svenskantidoping.se* finner ni två kostnadsfria webbutbildningar. Den ena riktar sig till den enskilda utövaren, den andra till organisationsledare.

Gå in på svenskantidoping.se eller använd QR-koden.



Åldersanpassad fysisk träning – Före pubertet

Workshop om hur du bör träna barn som ännu inte kommit i puberteten för att de ska få en allsidig fysisk uppbyggnad. Stor del praktik. Tid: 3,5 tim.

Åldersanpassad fysisk träning – Under pubertet

Workshop om hur du bör träna barn som kommit i puberteten för att de ska få en allsidig fysisk uppbyggnad. Stor del praktik. Tid: 3,5 tim.

Kost för idrottare

Utbildning om hur rätt kost kan hjälpa idrottsutövare att nå en god hälsa samt hur, när och vad du ska äta för att orka fysiskt på bästa sätt. Målgrupp: Utövare, ledare och föräldrar. Tid: 2,5 tim.

Kost och energidrycker

Grundläggande föreläsning om kost och energidrycker som besvarar frågor som vad energidrycker är och vilka effekter det har på kroppen. Målgrupp: Utövare, ledare och föräldrar. Tid: 2,5 tim.

Sömnens betydelse för hälsa och prestation

Utbildningen berör hur sömnen påverkar din hälsa, din prestation som idrottare och du får tips på hur du förbättrar din sömnkvalitet. Målgrupp: Utövare, ledare och föräldrar. Tid: 3 tim.

Yoga som komplement till idrott

En workshop där ni får utbildning i yoga som ett kompletterande verktyg till er idrott. Målgrupp: Utövare och ledare. Tid: 3 tim.

Akut omhändertagande av idrottskada

Grunderna i akuta idrottskador och rehabilitering där du även får öva på akut omhändertagande. Tid: 3,5 tim.

Tejning

Grundläggande principer i tejping av idrottskador där du testar på att tejpa bl a fot, hand och knä. Tid: 3,5 tim.

Skadeförebyggande träning – Knäkontroll

Grundläggande principer i skadeförebyggande träning där ni även får testa övningar praktiskt. Tid: 3,5 tim.

HLR – Hjärt och lungträning

Livsnödvändig utbildning som ger kunskap om hur du ska agera vid ett hjärtstopp samt hur en hjärtstartare fungerar. Tid: 2,5 tim.

Webbutbildning: Introduktionsutbildning för föreningsledare

Webbutbildning som du genomför på helt egen hand. Du får reda på hur du ska driva demokratiskt, idrottens idé och värdegrund samt hur föreningen administreras. Perfekt för den nya ungdomsledaren, styrelsemedlemmen eller kanske en utbildning för era utövare för att öka engagemanget?



Utbildningar i datumordning

September - 2020

- 3 Grundutbildning för tränare, Gbg
- 10 IdrottOnline – Digital närvaroregistrering (LOK), digital
- 16 IdrottOnline – Administration Grund, Gbg
- 16 Styrelsens roll och ansvar, Lidköping
- 19 Från arrangemang till evenemang, Borås
- 19 Så behåller vi ungdomarna inom idrotten, digital
- 21 Akut omhändertagande vid idrottskada, digital
- 22 Grundutbildning för tränare – Ungå ledare 14-20 år, Malmö
- 24 Medspelare – Barnkonventionen i praktiken, Gbg
- 24 Multidrottande – Varför då? digital
- 24 Hållbar sponsring, digital
- 29 Lär dig söka stöd och bidrag, digital
- 29 Tejning, digital
- 30 Grundutbildning för tränare – Ungå ledare 14-20 år, Borås

Oktober - 2020

- 1 IdrottOnline – Hemsida Grund, digital
- 3 Öka era evenemangsinträkar, Borås/digital
- 6 Inkluderande ledarskap – Idrottare med funktionsnedättning, Gbg
- 6 Jämställdhet och makt, Gbg
- 5 Marknadsföring i sociala medier, Borås/digital
- 7 IdrottOnline – Administration Grund, digital
- 7 Medspelare – Barnkonventionen i praktiken, Skövde
- 12 Föreningskunskap – Årsmöte, Angered, Gbg
- 13 IdrottOnline – Administration Grund, Uddevalla
- 13 Osynliga funktionsnedättningar, digital
- 14 Idrottspsykologi – TEMA motivationsarbete i praktiken, Gbg
- 14 Kost för idrottare, Gbg/digital
- 15 Inkluderande idrott, Gbg/digital
- 17 En engagerad valberedning, Vänersborg
- 17 Framtidens ledare – Ungå ledare 13-15 år, Angered, Gbg
- 19 Grundutbildning för tränare, Skövde
- 19 Föreningens liv så funkart det? Tynnered, Gbg
- 20 Utan dig är vi ingen idrottsrörelse! – Motivera ideella ledare, digital
- 21 Grundläggande föreningsekonomi, digital
- 21 IdrottOnline – Hemsida Grund, Gbg
- 22 Att leda och utveckla en ideell idrottsförening, digital
- 22 Grundutbildning för tränare – Ungå ledare 14-20 år, Angered, Gbg
- 24 Öka era evenemangsinträkar, Borås
- 27 Kanslistutbildning, Vänersborg
- 27 Värdskap och bemötande, digital
- 28 Att vara arbetsgivare, digital
- 29 Fortsättningsutbildning för tränare, Gbg

November - 2020

- 3 Grundutbildning för tränare, Uddevalla
- 3 Kanslistutbildning – Workshop, Gbg
- 4 Värdskap och bemötande, digital
- 5 Grundutbildning för tränare, Gbg
- 5 IdrottOnline – Administration Grund, Skövde
- 7 Framtidens ledare – Ungå ledare 13-15 år, Skara
- 9 Styrelsens roll och ansvar, Gbg/digital
- 9 Föreningsekonomi på lätt svenska, Tynnered, Gbg
- 11 IdrottOnline – Hemsida Fortsättning, digital
- 12 Styrketräning, Skövde
- 14 Bokföring Grund, Gbg
- 17 Digitala möten, digital
- 17 IdrottOnline – Administration Fortsättning, digital
- 18 Physical Literacy, digital
- 19 Så söker du anläggningsstöd, digital
- 19 Föreningskunskap – Årsmöte, digital
- 21 Akut omhändertagande vid idrottskada, Gbg
- 21 Tejning, Gbg
- 22 Åldersanpassad fysisk träning – Före pubertet, Lerum
- 22 Åldersanpassad fysisk träning – Under pubertet, Lerum
- 24 Lär dig söka stöd och bidrag, Angered, Gbg
- 24 Öka era evenemangsinträkar, Borås
- 25 IdrottOnline – Digital närvaroregistrering (LOK), digital
- 29 Akut omhändertagande vid idrottskada, Uddevalla

December - 2020

- 2 Mens och träning, digital
- 3 Osynliga funktionsnedättningar, digital
- 8 Skadeförebyggande träning – Knäkontroll, Gbg
- 9 Speakerutbildning, Borås/digital

Januari - 2021

- 14 Akut omhändertagande vid idrottskada, digital
- 17 HLR och skadbehandling, Borås
- 19 Tejning, digital
- 26 Värdskap och bemötande, Borås/digital
- 30 Idrottspsykologi – TEMA idrottarens nervositet och stress, Gbg

Februari - 2021

- 2 Grundutbildning för tränare, Gbg
- 6 Akut omhändertagande vid idrottskada, Vara
- 6 IdrottOnline – Administration Grund, Vara
- 6 IdrottOnline – Hemsida Grund, Vara
- 6 Medspelare – Barnkonventionen i praktiken, Uddevalla
- 7 Tejning, Vara
- 7 IdrottOnline – Administration Fortsättning, Vara
- 7 IdrottOnline – Hemsida Fortsättning, Vara
- 9 Grundutbildning för tränare, Gbg
- 10 Grundutbildning för tränare – Ungå ledare 14-20 år, Malmö
- 11 In or outside the box, digital
- 23 Lär dig söka stöd och bidrag, digital
- 27 Akut omhändertagande vid idrottskada, Gbg
- 27 Tejning, Gbg

Mars - 2021

- 4 IdrottOnline – Hemsida Grund, Gbg
- 9 IdrottOnline – Administration Grund, digital
- 10 Fortsättningsutbildning för tränare, Skövde
- 10 Idrottspsykologi – TEMA motivationsarbete i praktiken, Gbg
- 10 Öka era evenemangsinträkar, digital
- 11 Grundutbildning för tränare – Ungå ledare 14-20 år, Stenungsund
- 11 Mens och träning, digital
- 11 Så söker du anläggningsstöd, Gbg
- 16 Marknadsföring i sociala medier, digital
- 17 Grundutbildning för tränare, Skövde
- 17 Hållbar sponsring, digital
- 17 IdrottOnline – Administration Grund, Borås
- 24 Grundutbildning för tränare, Uddevalla
- 25 Kost för idrottare, Skövde/digital
- 30 Konsten att lära ut sin idrott, digital

April - 2021

- 8 IdrottOnline - Hemsida Grund, Uddevalla
- 13 Digitala möten, digital
- 14 Grundutbildning för tränare – Ungå ledare 14-20 år, Gbg
- 14 IdrottOnline – Administration Fortsättning, digital
- 15 Osynliga funktionsnedättningar, digital
- 18 Akut omhändertagande vid idrottskada, Borås
- 18 Tejning, Borås
- 20 Styrelsens roll och ansvar, digital
- 21 Grundutbildning för tränare, Borås
- 22 Medspelare – Barnkonventionen i praktiken, Gbg
- 27 En engagerad valberedning, digital

Maj - 2021

- 5 IdrottOnline – Hemsida Fortsättning, digital
- 6 Grundutbildning för tränare, Gbg
- 18 Inkluderande idrott, Gbg/digital
- 23 Akut omhändertagande vid idrottskada, Gbg
- 23 Tejning, Gbg
- 25 Skadeförebyggande träning – Knäkontroll, Gbg
- 26 In or outside the box, digital

Utbildningar nära dig!

Ett urval av utbildningar hösten 2020/våren 2021

Digital utbildning i distriktet

Akut omhändertagande vid idrottsskada 21/9 kl. 18.00-21.00 14/1 kl. 18.00-21.00	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
Att leda och utveckla en ideell idrottsförening 22/10 kl. 18.00-20.30	300 kr / max 500 kr per förening
Att vara arbetsgivare 28/10 kl. 18.30-20.30	300 kr / max 500 kr per förening
Digitala möten 17/11 kl. 18.00-21.00 13/4 kl. 18.00-21.00	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
En engagerad valberedning 27/4 kl. 18.00-20.00	300 kr / max 500 kr per förening
Hållbar sponsring 28/9 kl. 18.00-20.30 17/3 kl. 18.30-20.30	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
IdrottOnline – Digital närvaroregistrering (LOK) för administratörer 10/9 kl. 17.30-20.30 25/11 kl. 17.30-20.30	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
IdrottOnline – Administration Grund 7/10 kl. 17.30-21.00 9/3 kl. 17.30-21.00	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
IdrottOnline – Administration Fortsättning 17/11 kl. 17.30-21.00 14/4 kl. 17.30-21.00	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
IdrottOnline – Hemsida Grund 1/10 kl. 17.30-21.00	300 kr / max 500 kr per förening
IdrottOnline – Hemsida Fortsättning 11/11 kl. 17.30-21.00 5/5 kl. 17.30-21.00	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
Inkluderande idrott 15/10 kl. 17.30-20.30 18/5 kl. 17.30-20.30	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
In or outside the box 11/2 kl. 17.30-21.00 26/5 kl. 17.30-21.00	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
Konsten att lära ut sin idrott 30/3 kl. 18.00-20.00	300 kr / max 500 kr per förening
Kost för idrottare 14/10 kl. 18.00-20.30 25/3 kl. 18.00-20.30	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
Lär dig söka stöd och bidrag 29/9 kl. 18.00-20.30 23/2 kl. 18.00-20.30	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
Marknadsföring i sociala medier 5/10 kl. 18.00-21.00 16/3 kl. 18.00-21.00	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
Mens och träning 2/12 kl. 18.00-20.30 11/3 kl. 18.00-20.30	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
Multiidrottande – Varför då? 24/9 kl. 17.30-20.00	300 kr / max 500 kr per förening
Osynliga funktionsnedsättningar 13/10 kl. 18.00-20.00 3/12 kl. 18.00-20.00 15/4 kl. 18.00-20.00	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
Physical Literacy 18/11 kl. 18.00-20.30	300 kr / max 500 kr per förening
Styrelsens roll och ansvar 27/10 kl. 18.00-21.00 20/4 kl. 18.00-21.00	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
Så behåller vi ungdomarna inom idrotten 19/9 kl. 10.45-12.30	kostnadsfri
Så söker du anläggningsstöd 19/11 kl. 18.00-20.30	kostnadsfri
Tejning 29/9 kl. 18.00-21.00 19/1 kl. 18.00-21.00	300 kr / max 500 kr per förening 300 kr / max 500 kr per förening
Utan dig är vi ingen idrottsrörelse! – Motivera ideella ledare 20/10 kl. 18.00-20.00	300 kr / max 500 kr per förening
Värdskap och bemötande 4/11 kl. 18.00-20.00	300 kr / max 500 kr per förening
Öka era evenemangsinträder 10/10 kl. 18.30-20.00	300 kr / max 500 kr per förening

Nya utbildningar kan ha bokats in efter att denna folder tryckts. Du hittar alltid en uppdaterad kalender på vår hemsida!

Anmäl dig till en utbildning via QR-koden eller mail



Din kommun kan i många fall ha finansierat deltagaravgiften för din förening. Gå in och läs mer på anmälningssidan. Uppge förening, personnummer och ev specialkost vid anmälan via mail: kurser.vastragotaland@rfsisu.se

Fyrbodalsregionen – Utbildning med fysisk närvaro

Akut omhändertagande vid idrottsskada 29/11 kl. 09.00-12.30	500 kr	Uddevalla
En engagerad valberedning 17/10 kl. 09.45-14.00	500 kr	Vänernsregion
Grundutbildning för tränare, 2-dagars utbildning 3/11, kl. 18-20 + 28/11, kl. 9-17 24/3, kl. 18-20 + 17/4, kl. 9-17	1 800 kr 1 800 kr	Uddevalla Uddevalla
Grundutbildning för tränare – Unga ledare, 2-dagars utbildning 11/3, kl. 18-20 + 3/4, kl. 9-17	1 000 kr	Stenungsund
IdrottOnline – Administration Grund 13/10 kl. 17.30-21.00	300 kr	Uddevalla
IdrottOnline – Hemsida Grund 8/4 kl. 17.30-21.00	300 kr	Uddevalla
Kanslistutbildning 27/10 kl. 10.00-15.00	800 kr	Vänernsregion
Medspelare – Barnkonventionen i praktiken 6/2 kl. 13.00-17.00	500 kr	Uddevalla

Göteborgsregionen – Utbildning med fysisk närvaro

Akut omhändertagande vid idrottsskada 21/11 kl. 09.00-12.30 27/2 kl. 13.30-17.00 23/5 kl. 09.00-12.30	500 kr 500 kr 500 kr	Göteborg Göteborg Göteborg
Bokföring – Grund 14/11, kl. 09.00-16.30 + 21/11, kl. 09.00-16.30	1 800 kr	Göteborg
Fortsättningsutbildning för tränare 29/10, kl. 18-21 + 12/11, kl. 18-21 + 28/11, kl. 9-17	2 100 kr	Göteborg
Grundutbildning för tränare, 2-dagars utbildning 3/9, kl. 18-20 + 19/9, kl. 9-17 21/10, kl. 18-20 + 15/11, kl. 9-17 5/11, kl. 18-20 + 21/11, kl. 9-17 2/2, kl. 18-20 + 27/2, kl. 9-17 6/5, kl. 18-20 + 22/5, kl. 9-17	1 800 kr 1 800 kr 1 800 kr 1 800 kr 1 800 kr	Göteborg Alingsås Göteborg Göteborg Göteborg
Grundutbildning för tränare – Unga ledare, 2-dagars utbildning 22/9, kl. 18-20 + 11/10, kl. 9-17 22/10, kl. 18-20 + 22/11, kl. 9-17 10/2, kl. 18-20 + 6/3, kl. 9-17 14/4, kl. 18-20 + 8/5, kl. 9-17	1 000 kr 1 000 kr 1 000 kr 1 000 kr	Mölndal Angered Mölndal Göteborg
IdrottOnline – Administration Grund 16/9 kl. 17.30-21.00 9/2 kl. 17.30-21.00	300 kr 300 kr	Göteborg Göteborg
IdrottOnline – Hemsida Grund 21/10 kl. 17.30-21.00 4/3 kl. 17.30-21.00	300 kr 300 kr	Göteborg Göteborg
Inkluderande ledarskap för att möta idrottare med funktionsnedsättning 6/10 kl. 18.00-21.00	300 kr	Göteborg
Kanslistutbildning – Workshop 3/11 kl. 18.00-20.30	300 kr	Göteborg
Lär dig söka stöd och bidrag 24/11 kl. 18.00-20.30	300 kr	Angered
Medspelare – Barnkonventionen i praktiken 24/9 kl. 17.00-21.00 22/4 kl. 17.00-21.00	500 kr 500 kr	Göteborg Göteborg
Styrelsens roll och ansvar 9/11 kl. 17.30-20.30	500 kr	Kviberg

Sjuhäradsregionen – Utbildning med fysisk närvaro

Akut omhändertagande vid idrottsskada 18/4 kl. 09.00-12.30	500 kr	Borås
Grundutbildning för tränare, 2-dagars utbildning 21/4, kl. 18-20 + 15/5, kl. 9-17	1 800 kr	Borås
Grundutbildning för tränare – Unga ledare, 2-dagars utbildning 30/9, kl. 18-20 + 17/10, kl. 9-17	1 000 kr	Borås
IdrottOnline – Administration Grund 18/3 kl. 17.30-21.00	300 kr	Borås
Öka era evenemangsinträder 3/10 kl. 09.00-17.00	1 500 kr	Borås

Skaraborgsregionen – Utbildning med fysisk närvaro

Akut omhändertagande vid idrottsskada 6/2 kl. 09.00-12.15	500 kr	Vara
Fortsättningsutbildning för tränare 10/3, kl. 18-21 + 24/3, kl. 18-21 + 17/4, kl. 9-17	2 100 kr	Skövde
Framtidens ledare – Unga ledare 13-15 år 7/11 kl. 09.00-15.00	500 kr	Skara
Grundutbildning för tränare, 2-dagars utbildning 19/10, kl. 18-20 + 8/11, kl. 9-17 17/3, kl. 18-20 + 24/4, kl. 9-17	1 800 kr 1 800 kr	Skövde Skövde
IdrottOnline – Administration Grund 5/11 kl. 17.30-21.00 6/2 kl. 09.00-12.15	300 kr 300 kr	Skövde Vara
IdrottOnline – Administration Fortsättning 7/2 kl. 09.00-12.15	300 kr	Vara
IdrottOnline – Hemsida Grund 6/2 kl. 13.00-16.30	300 kr	Vara
IdrottOnline – Hemsida Fortsättning 7/2 kl. 13.00-16.30	300 kr	Vara
Medspelare – Barnkonventionen i praktiken 10/10 kl. 13.00-17.00	500 kr	Skövde