

INBJUDAN

Cykelfortbildningsdag hos ÖUIF sön 23 sep!

Örebro universitets idrottsförening inbjuder till en fortbildningsdag för cykelinstruktörer. Denna dagen är kostnadsfri för instruktörer inom studentidrotten då idrottsbidragspengar beviljats. Vi är glada att kunna presentera en av Sveriges duktigaste cykelinstruktörer; Daniel Godman (tidigare Benamran) från S-holm.

Daniel har jobbat på S.A.F.E som lärare i 6 år och är grundare av S.A.F.E s cykelutbildning. Han är produktutvecklare och presentatör av Activiosystemet. Han har instruerat cykling inomhus i 15 år och varit landsvägsåkare lika länge. Dagen ser ut som följer;

10.00-11.30	Ombytta och klara. Kort presentation Klass - fartstöt inklusive cykelspecifik teori.
11.45-12.30	Lunch med öppet babbel, vi äter tillsammans - möjlighet att beställa en bra träningslunch finns, meddela Marianne senast en vecka innan utbildningen. Annars medtag egen lunch.
12.30-14.00	Föreläsning samt öppen frågeställning
14.15-15.30	Klass - snabbdistans - slut för dagen

Kom så utvilad som möjligt då klasserna är mycket krävande och dagen intensiv

Anmälan: Till marianneouif@gmail.com
Vi har 24 cyklar. ÖUIF har 10 deltagande instruktörer. Resterande platser erbjuds i första hand Karlstad och i andra hand Linköping. Ev ströplatser erbjuds övriga studentidrottsföreningar.

Deltagaravgift: Ingen. Möjlighet att söka resebidrag via idrottslyftet finns.

Plats: ÖUIF:s cykelsal, Örebro universitet

Frågor: Kontakta Marianne Hilltorp-Johansson 073 5222362
marianne@ouif.se

