

Inbjudan:

Föredrag/workshop kring pilotprojektet Fotboll Fitness

Dansk forskning har visat att fotboll är en fantastisk motionsmetod. Resultaten har uppmärksammats i flera av de mest ansedda medicinska tidskrifterna i Europa och världen. Vad är det som gör att fotbollen passar motionärerna så bra?

Danska fotbollförbundet (DBU) har arbetat tillsammans med föreningar under många år för att utveckla konceptet kring motions- och spontanfotboll. Gestriklands Fotbollförbund är ett av tre pilotdistrikt som, i samverkan med Svenska Fotbollförbundet och Gävleborgs Idrottsförbund, har erbjudit Fotboll Fitness 2017.

Syftet är att få fler att röra på sig och att nå nya målgrupper vid sidan av de aktiva fotbollsutövarna. Fotboll Fitness koncept kan vara intressant att prova även inom andra idrotter.

Föreläsarna som kommer att föreläsa och guida oss i denna workshop är:

Kenneth Grönlund Rasmussen, Syddanska Universitetet.

Morten Bredsgaard, Syddanska Universitetet.

Peter Krstrup Associate professor, Department of Sports Science and Clinical Biomechanics, Syddanska Universitetet.

Vi erbjuder föreläsningen/workshopen vid två tillfällen:

Föreläsning/workshop DAG

Målgrupp: i första hand distrikt, kommun, region, högskola m.m.

Onsdag 31 januari kl 13–16. Vi bjuder på fika.

Plats: Teknikparken i hörsalen, Nobelvägen 2, Gävle

Föreläsning/workshop KVÄLL

Målgrupp: i första hand föreningslivet.

Onsdag 31 januari kl 18–20. Vi bjuder på fika.

Plats: Teknikparken i hörsalen, Nobelvägen 2, Gävle

OBS! Föreläsningen och workshopen riktar sig även till distriktsorganisationer och föreningar som inte bedriver fotbollsverksamhet – välkommen!

Kostnadsfri
föreläsning/workshop
om en alternativ tränings-
form som lockar fler
att röra på sig.

Anmälan:

på följande länk

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeftCfwxdfnMI-yREq5OV-MLEJ2wBiXR_xHc-nvnPvGLzGBaEA/viewform

OBS!

Föreläsningen kommer genomföras delvis på engelska

Frågor:

Urban Ivarsson

Gestriklands Fotbollförbund:

070-308 12 70

urban.ivarsson@fotboll.gastidr.se

Presentationsfilm:

En kortfilm om Fotboll Fitness:

<https://www.youtube.com/watch?v=CwGoqP7RW70&feature=youtu.be>