



Stockholm 2021-04-26

SBF bjuder in till en föreläsningsserie under våren 2021

Tanken med den här serien av föreläsningar är att få lite nedslag i frågor som på olika sätt inverkar på en tränares vardag i boxningsföreningen. Idén till denna föreläsningsserie uppstod under de föreningsträffar som vi arrangerade i januari, där idén om detta lyftes och vi kände att detta är en idé som vi ska göra verklighet av. Det är med dessa tankar i bakgrunden som vi beslutade att prova denna typ av utbildningsform under våren.

Föreläsningarna riktar sig mot intresserade tränare men också personer med andra roller inom organisationen och är på grundnivå. Det blir en blandning av boxning och ämnen relaterade till boxning, aktiva och tränares utveckling

Föreläsningarna hålls digitalt via Teams och inbjudan är öppen och det är bara att ansluta till de föreläsningar som man är intresserad av att lyssna på. Teams kräver inte att man laddar ned appen utan man kan använda den via webbläsaren.

Till föreläsningarna i maj vill vi dock gärna se en föransökan (med namn och personnummer) till patrik@swebox.se. Uppgifterna sparas inte framöver utan kommer att läggas in som deltagare på den föreläsningen.

Tanken är att erbjuda en serie med ett antal föreläsningar på ca. 2 timmar med varierande ämnen. Föreläsare är personer med stor erfarenhet inom ämnesområdet och som arbetar inom idrotten.

Seminarie serien fortsätter nu under maj månad!

I maj kommer vi att hålla följande föreläsningar, med hjälp av Bosön IFHS och RF/SISU. Datum hittar ni nedan:

Tillfälle 3:

Datum: Onsdag 5/5 klockan 18.00-21.00

Thomas Lindholm från Bosön IFHS håller en föreläsning om träningsplanering, fysiologi och

Thomas Lindholm har lång erfarenhet av fysträning och träningslära. Han har varit lärare på Bosön Idrottsfolkhögskola sedan 1993. Är dessutom kursledare på Idrottens Fystränarutbildning. Thomas har dessutom jobbat mycket inom fotbollen, bland annat som riksinstruktör hos SvFF, fystränare för DIF och AIK samt U21-landslaget i fotboll.



Länk till föreläsningen hittar ni här:

Microsoft Teams meeting

Join on your computer or mobile app

[Click here to join the meeting](#)

Tillfälle 4:

Datum: Tisdag 11/5 klockan 18.00-20.00

Mikael Wallsbeck, lärare på Bosön IFHS, kommer att prata om motivation för idrottare och hur man kan stärka motivationen hos individerna, oavsett mål och nivå. Mikael Wallsbeck är idrottspsykologisk rådgivare och mental coach på Bosön. Han arbetar med prestationspsykologi inom idrotten och för privatpersoner som fastnat i sin träning och är i behov av nya infallsvinklar och perspektiv i sin träning.

Inom idrotten föreläser han och arbetar aktivt med föreningar, företag, klubbar, lag, grupper, tränare och individuella idrottare. På fritiden älskar Mikael att kolla på sport samt tälta och åka på äventyr med familj och vänner. Mikael är bland annat stöd till svenska landslaget i parapangis samt svenska landslaget i karate

Länk till föreläsningen hittar ni här:

Microsoft Teams meeting

Join on your computer or mobile app

[Click here to join the meeting](#)

Tillfälle 5:

Datum: Tisdag 18/5 klockan 18.00-20.00

Michael Brobeck, lärare på Bosön IFHS, kommer att prata om ledarskap och pedagogik, hur ser man individen och hur man kan arbeta med sitt ledarskap.

Michael har sin bakgrund främst inom tennisen och arbetar idag som lärare på Bosön IFHS. Han har varit förbundskapten för både junior- och seniorlandslaget i tennis samt utvecklingsansvarig på Svenska Tennisförbundet.

Länk till föreläsningen hittar ni här:

Microsoft Teams meeting

Join on your computer or mobile app

[Click here to join the meeting](#)



Tillfälle 6:

Datum: Måndag 24/5 klockan 18.00-19.30.

Emma Lindblom, leg. dietist hos RF Eitidrott, kommer föreläsa om hur man med hjälp av kosten optimerar prestation samt hälsa.

Emma jobbar på Riksidrottsförbundets Elitidrottstöd där hon hjälper landslags- och RIG-idrottare samt tränare med utbildning, föreläsningar samt individuella konsultationer

Länk till föreläsningen hittar ni här:

Microsoft Teams meeting

Join on your computer or mobile app

[Click here to join the meeting](#)

Vi kommer att återkomma med datum för den framflyttade föreläsningen med headcoacherna samt information om ytterligare en föreläsning med diplomkommittén.

Vi ses i ett digitalt forum på våra föreläsningar under våren!

Mvh SBF kansli