



Inbjudan till fördjupningsdag

”En dag om baklårsskador med Carl Askling”

Alla som håller på med idrotter, där snabbhet är en viktig egenskap, vet vilket gissel baklårsskador är. Under de senaste årtionden har dock kunskapen om denna typ av skador ökat. Mycket tack vare Medicine doktor i idrottsmedicin och legitimerad sjukgymnast Carl Askling.

Han har i drygt 20 år arbetat och forskat om baklårsskador och är inte bara Sveriges främsta expert utan också en av världens ledande experter inom detta område. Carl har under lika lång tid arbetat med elitaktiva i ett flertal olika idrotter. Han kommer att presentera det senaste inom forskningen, vad man konkret kan göra för att undvika skador och vad som bör göras om olyckan skulle vara framme. Carl Askling är en mycket erfaren föreläsare med uppdrag runt om i världen.

Föreläsare

Carl Askling

Förkunskaper

Tränar aktiva 14år och äldre eller aktiv 17 år (födda 00) och äldre

Datum och plats

Göteborg & Friidrottens Hus
lördag 29 oktober

Kl. 09.45	Fika
Kl. 10.00	Teoretisk föreläsning
Kl. 11.00	Fika
Kl. 11.15	Teoretisk föreläsning
Kl. 12.00	Lunch
Kl. 13.00	Clinic med övningar i prehab och rehab syfte
Kl. 14.30	Frågestund
Kl. 15.00	Avlutning

Anmälan

Senast 10 okt. Du anmäler direkt på hemsidan www.ucvast.se klicka på utbildningar och anmäl här. **O.B.S. Vi behöver namn, mailadress, hela personnumret på kursdeltagaren och ev. matallergi.** Bekräftelsen på att du anmäld hittar du under deltagare på hemsidan.

Kostnader för ledare

Nettokostnad/deltagare som genomför utbildningen är **300 kr**. UC Väst söker Idrottslyftsbidraget på 600 kr och RF betalar sedan ut bidraget direkt till er förening. Efter avslutad kurs fakturerar UC Väst deltagaravgiften och hela Idrottslyftsbidraget 900 kr. I priset ingår måltider och fika.

Kostnader för aktiva 17 år (födda 00) och äldre

Nettokostnad/deltagare som genomför utbildningen är **150 kr**. UC Väst söker Idrottslyftsbidraget på 600 kr och RF betalar sedan ut bidraget direkt till er förening. Efter avslutad kurs fakturerar UC Väst deltagaravgiften och hela Idrottslyftsbidraget 750 kr. I priset ingår måltider och fika.

Upplysning

Steffen Fricke sprinthack@goteborgfriidrott.se
073-322 37 27 eller Anders Gren
anders@ucvast.se 073-650 60 75
Kom träningsklädda.

Välkomna!