



TANUMS  
KOMMUN



# Utbildningshelg i

**Tanums kommun 12-13 mars 2011**

## Program

**Lördag 12 mars 2011**

● **10.30-12.00 Inspirationsföreläsning med Kristina Landgren Carestam**

Kristina Landgren-Carestam är föreläsare, instruktör och utbildare i innebandy. Innan dess var hon den första kvinnliga förbundskapten för Sveriges herrlandslag som tog VM-guld i innebandy (hon har även varit förbundskapten för damlandslaget som också tog VM-guld för några år sedan, så hon kan jämföra). Kristinas föreläsningar handlar om ledarskap, teambuilding, mål och prestation, kommunikation och personlig utveckling

● **13.00-14.30 Kostföreläsning för ungdomar och deras föräldrar - Amanda Ottordahl**

Goda resultat bygger i huvudsak på tre delar: träna, vila och äta. Utbildningen fokuserar på maten! Vi kommer att prata om mat i ganska allmänna termer på denna utbildning. Kosten kommer alltid att påverka prestationen och små förändringar kan ge stora resultat oavsett nivå.

● **13.00-15.00 Värdefullt – Hur kan vi tillsammans skapa världens bästa idrott?! - Malin Ericsson**

Du som är ledare i en idrottsförening är viktig för dess utveckling. Har du/ni till exempel funderat över vad ni som vill stå för och vad som är värdefullt för er?

● **13.00-16.00 Ledarskap ur ett helhetsperspektiv – Jag, ledare och min ledarstab – Kristina Landgren Carestam**

Vilka förväntningar har jag och omgivningen på mig i mitt ledarskap. Vad skall man tänka på när man sätter ihop ett ledarteam? Vad är ett team? Vikten av att strukturera upp ett rollfördelningsdokument i föreningen och i ledarstaben. Verktyg för att strukturera sin och föreningens rollfördelning. Detta är några av delarna vi går igenom i denna kurs.

**Söndag 13 mars 2011**

● **10.00-13.00 Offensivt Styrelsearbete – Eleonore Tammermo**

I denna utbildning lyfter vi fram sådant som är viktigt för den offensiva styrelsen att förhålla sig till. Vi tar bland annat upp hur man på bästa sätt kan kombinera det lustfyllda med det ansvarstagande, vad som kännetecknar ett framgångsrikt lag eller en väl fungerande grupp samt kulturen och andan i en förening med en offensiv styrelse.

● **14.00-17.00 Praktisk Föreningsekonomi – Eleonore Tammermo**

bara En del lyser upp när man talar om ekonomi. Andra får en bekymrad rynka pannan och tycker det blir jobbigt. För en del handlar ekonomi om siffror. För andra är det grunden i all verksamhet. Det finns många åsikter om ekonomi. En sak är dock klar: oavsett verksamhet berörs vi av ekonomi. Det gäller i privatlivet, i arbetet och i allt högre grad också idrottslivet.

