

**SISU Idrottsutbildarna bjuder in till**

# **SISU-dagen**

**Datum:**

Lördagen den 17 april 2010

**Plats:**

Karlstads Universitet

**Kostnad:**

Dagen är kostnadsfri för dig som är engagerad inom idrotten!



# Program

08.30 Registrering, fika

09.00 Det finns ingen gräns

*Anders Olsson*

10.15 Värdegrund

*Jan Lindh*

11.45 Lunch

12.30 Teambuilding

*Anette Norberg*

14.00 Workshops innehållande våra satsningar:

*Idrottens föreningslära*

*Idrottens Grundtränarutbildning*

*IdrottOnline*

*Träningsläger för styrelsen*

*Plattformen*

15.15 Nya höjder

*Renata Chlumska*

17.00 Avslutning



## 09.00 - Anders Olsson **Det finns ingen gräns**

Anders berättar i sin föreläsning om hur han med motivation och målbilder lämnade ett liv som vårdpaket för att bli olympisk guldmedaljör. Anders pratar om tankens kraft och hur man genom sin mentala inställning påverkar sin egen chans till att lyckas



10.15 - Jan Lindh  
**Våga ta moraliska beslut**

En inspirationsföreläsning över begreppen värdegrund, respekt, attityd och ansvar i dagens samhälle



12.30 - Anette Norberg  
**Teambuilding**

Anette Norberg menar att elitidrott handlar mycket om att våga prova nya vägar och att våga misslyckas. För att utvecklas vidare handlar det också om att hela tiden ifrågasätta. I arbetslivet är det lätt att man glömmor bort just att ifrågasätta. Hennes sport, curling, är en extrem lagsport där varje individs prestation bygger på att den föregående spelaren i laget har gjort en bra prestation. Och att kunna kommunicera och samarbeta under press.



15.15 - Renata Chlumska  
**Nya höjder**

Renata Chlumska har i snart 10 år fångat oss med sina fantastiska expeditioner, äventyr och inte minst sina inspirerande föreläsningar om dessa. På ett engagerande sätt tar Renata oss med in i hennes värld samtidigt som hon skapar bryggor till den vanliga vardagen och arbetslivet här hemma och förmedlar att med rätt inställning och attityd kan vi alla nå toppen.

# Anmälan

Antalet platser är begränsade, så en föränmälan måste ske!

Anmäl dig via vår hemsida:

**[www.sisuidrottsutbildarna.se/varmland](http://www.sisuidrottsutbildarna.se/varmland)**

eller via e-post:

**[gunilla.karlsson@sisuidrottsutbildarna.se](mailto:gunilla.karlsson@sisuidrottsutbildarna.se)**

Uppge namn, personnummer och förening

**Senast den 1 april 2010**

Du som vill göra en gruppanmälan, ta kontakt med  
Gunilla Karlsson, 010-476 47 20

Dagen är kostnadsfri för dig som är engagerad i en idrottsförening. Andra deltagare (skolor, företag, privatpersoner), ta kontakt med Gert Classon för prisuppgift 010-476 47 27