

# Idrottsskador 1



Göteborgs  
Stad

Centrum  
Härlanda  
Linnéstaden  
Majorna  
Örgrvte

Kursen riktar sig till dig som är ledare i en förening och vill lära dig mer om idrottsskador för att kunna ta hand om akuta skador och minimera rehabiliteringstiden.

## Kursinnehåll

- Akuta skador och belastningsskador
- Hur uppstår skador
- Olika typer av skador
- Vi tar också upp tekniker för avlastning av skada, smärtlindring, träningslära och vad som skall finnas i skadeväskan

## Deltagare

Du behöver inga förkunskaper för att gå kursen.

## Tid

Lördag 6 juni, 2009, kl 9-16

Söndag 7 juni, 2009, kl 9-16

## Plats

GLTK, Töpelsgatan 7 Göteborg

## Gratis

Utbildningen är kostnadsfri för dig som deltagar och finansieras genom ett samarbete mellan SISU Idrottsutbildarna, Västsvenska Idrottsförbundet och Idrott och föreningsförvaltningen inom Göteborgs Stad

## Anmälan

[sisu@vsif.o.se](mailto:sisu@vsif.o.se) eller 031-726 60 33

Uppge namn, förening, personnummer (10 siffror) och telefonnummer

## Frågor

[Malin.luukinen@vsif.o.se](mailto:Malin.luukinen@vsif.o.se)

0709-26 58 94



## Anmäl dig också till...

- |                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| ✓ Anatomi          | 26 september 2009 |
| ✓ Idrottsskador 2  | 7-8 november 2009 |
| ✓ Idrottsmassage 1 | 3-4 oktober 2009  |
| ✓ Tejpning         | 14 november 2009  |

[www.vsif.o.se](http://www.vsif.o.se), utbildningar

