

# INBJUDAN TILL TOPPAKADEMINS BASUTBILDNING I ANATOMI OCH TRÄNINGSLÄRA

Välkommen till Toppakademins basutbildning i anatomi och träningslära! Vill du lära dig mer för att få ut mer av din egen träning eller leda motionsaktiviteter, både lagidrotter och gruppträning? Då är den här utbildningen till för dig! Du kommer att få grundläggande kunskaper i anatomi, fysiologi och träningslära. Inga förkunskaper behövs men du ska ha fyllt 18 år för att delta.

Efter utbildningen kan du välja att gå Toppakademins grundutbildningar i aerobics, box, cykel, funktionell träning, gympa, gyminstruktör eller vattengympa.

## Utbildningens innehåll

20 timmar fördelade på anatomi och biomekanik, fysiologi, tillämpad träningslära, hemuppgifter samt examination genom hemtenta.

## Plats och tid

Olympen träningscenter Växjö  
12 – 13 februari 2011

## Kursavgift

Deltagare från föreningar/förbund som är anslutna till Korpen eller Sveriges Akademiska Idrottsförbund betalar 3200kr. I avgiften ingår utbildningsmaterial och examination.

## Resam mat och boende

Eventuell resa och boende bokas och betalas du själv. Lunch och mellanmål står deltagarna själva för båda dagarna.

## Anmälan

Frågor och anmälan till [info@olympentrainingscenter.se](mailto:info@olympentrainingscenter.se), 0470-82400.

Uppge namn, adress, telefon, e-post, faktureringsadress. Anmälan är bindande. Vid återbud faktureras 50 procent av kursavgiften. Återbud senare än tio dagar innan kursstart faktureras hela avgiften. Du kan dock överlåta din plats till en annan person. Kallelse utsändes via e-post några dagar innan kursstart. *Senast den 1 februari vill vi ha din anmälan.*

