



## **”Så tränar vi styrka, balans, koordination och snabbhet”**

***Fortbildning för ungdomsledare – ett samarbete mellan MB  
Fotbollutveckling, SISU Idrottsutbildarna och Östergötlands  
Fotbollförbund***

MB FU är ett nystartat företag av Michael Bornehav som jobbar med fotbollsutveckling inom olika områden och på alla nivåer.  
([www.mb-fotbollsutveckling.se](http://www.mb-fotbollsutveckling.se))

*Jonas Hellberg från MB Fotbollsutveckling berättar hur vi kan jobba med styrka, balans, koordination och snabbhet under uppbyggnadsperioden.*

*Jonas har samarbetat med en mängd föreningar bl a LFC, Bälinge IF, Salén Basket MAIF och IK Sirius. Vidare samarbetar Jonas med Svenska Fotbollslandslaget's fystränare Paul Balsom och Sweden Football Institute.*

*Missa inte tillfället att få kunskap hur du kan jobba med dina ungdomar under uppbyggnadsperioden.*

**Plats**

Valla Folkhögskola, Linköping

**När**

Tisdagen den 8/11 18.00-22.00

**Kostnad**

100 kr/person inkl. fika

**Kursansvarig**

SISU Idrottsutbildarna, MB Fotbollsutveckling och Östergötlands Fotbollförbund

**Frågor och anmälan**

SISU Idrottsutbildarna 013-35 27 11, [lkpg@sisu.nu](mailto:lkpg@sisu.nu) senast 1 November