

Sunn idrett

22.mars 2011

Vet du hvordan du som utøver, trener eller forelder kan redusere risikoen for spiseforstyrrelser i idrettsmiljøet ditt?

Dette er et kurs som vil handle om hva spiseforstyrrelser er og hvordan dette håndteres blant idrettsutøvere. Det vil samtidig bli satt fokus på hvilke faktorer som er viktige for forebygging.

Målgruppe:

Trenere og utøvere i alle idretter, og andre interesserte.

Kurslærer:

Bjørnar Johannessen jobber som helsesportspedagog og idrettsleder ved Modum Bad. Han har utdanning fra idrettshøgskolen og forsvaret, og jobber til daglig med fysisk aktivitet i behandlingen av bl.a. spiseforstyrrelser. Bjørnar er også trener i skiskyting i Simostranda.



Tid:

onsdag 22. mars, kl. 18.00-20.30

Sted:

Hønefoss Ballklubb, Klubbhuset,
Hønefoss Idrettspark

Påmelding:

[Klikk her](#)

Spørsmål til:

Hanne-Kristin.Kvarme@nif.idrett.no

tlf.: 97735618 / 32016100

Påmeldingsfrist:

fredag 18. mars 2011

Pris:

Kr. 250,- (faktura sendes ut i etterkant)

Hjemmeside:

www.idrett.no/buskerud