

Nu är det äntligen dags för Inspirationsläger

Svensk simidrott bjuder in hoppare och tränare för ett utvecklande och inspirerande träningsläger i Katrineholm den 8–11 augusti. Det kommer att vara träningspass både i vatten och på land, lekar och andra roliga aktiviteter. Lägret är en unik möjlighet för såväl hoppare som tränare att utvecklas, knyta vänskapsband och uppleva härlig gemenskap.



Som hoppare är lägret en rolig möjlighet att utvecklas och få en bra start inför terminen. Det är även ett perfekt tillfälle att träffa hoppare från hela landet och träna tillsammans.

Som tränare har du chansen att utvecklas i din roll. Du får vara med och planera träningar och aktiviteter, träffa andra tränare och kan ta med dig kunskaper hem som hela föreningen kommer att ha glädje av.



- Datum** 8–11 augusti 2024 med start kl. 15.30 på torsdagen och slut kl. 14:00 på söndagen.
- Plats** Katrineholm
- Träning** Simhoppsträning och landträning i [Katrineholms Sportcentrum](#). Under lördagseftermiddagen har vi hela [Oppundahallen](#) till vårt förfogande. Där finns det bland annat skumgroppar och trampoliner.
- Logi** [Olssons Vandrarhus](#)
- Kost** Måltider serveras på [Katrineholms Bowlingcenter](#) i Duveholmshallen. Första gemensamma måltiden är middag på ankomstdagen och sista måltiden är lunch på avresedagen.
- Hoppare** Varje förening kan anmäla totalt åtta hoppare födda mellan 2011 och 2015. Hopparna bör ha erfarenhet av minst en termin simhopp och känna sig trygga med att övernatta borta utan vårdnadshavare. För deltagande krävs även träningsvana för att orka träna flera träningspass per dag.
- Tränare** Varje förening som har deltagande hoppare bör skicka minst en tränare till lägret. Det är även möjligt att delta som tränare utan aktiva hoppare från din förening. Som tränare förväntas du delta i planeringsmöten och workshops, vara engagerad, närvarande, öppen för feedback och uppmärksam på alla barn. Huvudledare finns på plats för att ge stöd och tid kommer att avsättas för reflektion och erfarenhetsutbyte.
- Kostnad** Hoppare: 2500 kr/deltagare (inkl. kost, logi, t-shirt, träning och massa roligt).
Tränare: 2000 kr/deltagare (inkl. kost, logi, t-shirt och erfarenheter).
För tränarna erbjuder Simförbundet en subvention på 500 kr.
- Resor** Resor till och från lägret bokas och bekostas av deltagarna/föreningarna själva.
- Anmälan** Senast den **12** maj.
Anmälan är bindande. Vid avbokning efter anmälningstiden kan halva kostnaden återfås mot uppvisande av läkarintyg.
- Anmälningslänk för hoppare:
<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1893476>
- Anmälningslänk för tränare:
<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1893485>
- Kallelse** Mer information skickas ut till deltagare i juni.
- Frågor** Kontakta Susanne Meckbach, susanne.meckbach@svensksimidrott.se, vid eventuella frågor.

