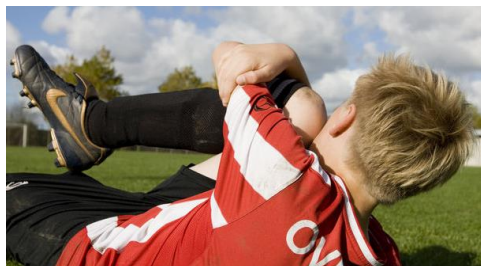




Kursinvitasjon:

## Idrettsskader forebyggende tiltak



**Kurset har fokus på:**

Hva som gjøres for å forebygge idrettsskader i dag, hvilke tiltak som er dokumentert og om når en utøver er klar til å gjenoppta sin idrett etter skade.

Buskerud idrettskrets ønsker i samarbeid med Drammen Sportsklinikk å arrangere dette kurset som er modul 1 av 3 moduler om idrettsskader.

**For hvem:**

Trenere, aktive utøvere i alle idretter og andre interesserte.

**Omfang:**

1,5 time teori.

**Kurslærere:**



**Sissel Gulaker Sandstrøm** (osteopat) og **Elisabeth Loe Hellerud** (fysioterapeut) jobber til daglig ved Drammen Sportsklinikk og er blant annet involvert i Glassverket IF Håndball elite.

Drammen Sportsklinikk har et tett samarbeid med de fleste idrettslag i nærområdet, fra klubber på elitenivå til breddeidretten. De har spesiell kompetanse på idrettsskader.

<b>Tid</b>	<b>Tirsdag 15. mars kl. 18.00-19.30</b>
<b>Sted</b>	<b>Møterom Skrimhallen, Fleischers vei 14, Kongsberg</b>
<b>Påmelding</b>	<a href="http://Minidrett.nif.no">Minidrett.nif.no</a> (trykk: «kurs», søk: «Idrettsskader: forebyggende»)
<b>Spørsmål til</b>	<a href="mailto:Hanne-Kristin.Kvarme@idrettsforbundet.no">Hanne-Kristin.Kvarme@idrettsforbundet.no</a> Mob. nr.: 97735618
<b>Påmeldingsfrist</b>	<b>Fredag 11. mars 2016</b>
<b>Pris</b>	<b>Kr. 250,- per person (faktureres klubbene i etterkant)</b>
<b>Hjemmeside BIK</b>	<a href="http://www.buskerudidretten.no">www.buskerudidretten.no</a>