

ELITTRÄNARPROGRAM 2025

ETT ELITTRÄNARPROGRAM FÖR KLUBBTRÄNARE SOM BEDRIVER ELLER HAR
AMBITIONER ATT BEDRIVA ELITVERKSAMHET



SBF presenterar ett nytt tränarprogram med fokus att bredda tränarkompetensen för fler svenska tränare. Programmet kommer starta under 2025 och riktar sig mot både till herr.- och damtränare i både grekisk romersk stil och fristil. Programmet kommer bestå av två fysiska tillfälle på totalt åtta dagar tillsammans med landslagsorganisationen i samband med lägerverksamhet i Sverige. Men även RF Elit och SOK kommer vara inkopplade i programmet.

Målsättningen är att ge tränarna en djupare inblick i hur landslagen arbetar, både strukturellt med säsongsplanering och periodisering men även hur man arbetar grenspecifikt med aktiva brottare under lägern. Det kommer också ingå föreläsningar, testmoduler, tekniska analysclinics, diskussionsseminariums och mycket annat under programmets gång. En annan viktig aspekt för programmet är att stärka samarbetet mellan klubbtränare och landslag. Där man delar erfarenheter och kunskap både från landslagshåll men även tränare som ingår i programmet ges möjlighet att dela med sig av sina erfarenheter och kunskaper.



ELITTRÄNARPROGRAM 2025



Programstruktur:

- Två tillfällen under 2025 samband med nationella lägersamlingar med landslagen
- Totalt 8 dagar av träning, dialoger, seminarier och utbildning.
- En kombination av teoretiska och praktiska sessioner med fokus på teknisk, fysisk och mental förberedelse.

Huvudkomponenter:

- Träningsplanering inför internationella mästerskap.
- Fysisk och mental förberedelse av elitidrottare.
- Kommunikation och samarbete mellan tränare för att skapa en utvecklande miljö.
- Specifika sessioner för att bygga långsiktiga träningsprogram från junior till seniornivå.

Målgrupp: Elittränare inom både herr- och dambrottning på högsta nivå i Sverige.

Målsättning:

- Ge tränarna inblick och i slutändan förutsättningar för att utveckla svenska brottare för nå internationell nivå på seniornivå
- Fördjupade kunskaper i tränarläran, grenspecifikt men även inom elitidrott i stort
- Stärka samarbetet och kommunikationen mellan tränare inom svensk brottning.

Antagningsprocess:

SBF kommer kunna finansiera tio platser och tränare eller en förening ansöker om en plats i programmet. Av de tio platser som finns tillgängliga så kan en förening maximalt ha med en tränare i programmet.

Antagningsprocessen görs av SBF:s elitorganisation.

Blir man antagen till programmet så ingår utöver själva programmet: boende och helpension under de två programtillfällena.

Det finns totalt tio platser att ansöka om. Ansökan och motivering att ingå i programmet skickas till zakarias.tallroth@brottning.rf.se Och ansökningsförestret stänger 15 november.

Vid frågor, kontakta Zakarias Tallroth