

AKTUELLT



Skicka vidare / Prenumerera / Avprenumerera / Följ oss på Facebook



Nu öppnar vi upp anmälan till de nya ledarskapsutbildningarna!

De nya ledarskapsutbildningarna lanseras 1 januari 2021 och redan nu kan du anmäla dig.

Gymnastikförbundets helt nya kurser i träningslära och ledarskap ersätter nuvarande teorikurser (steg 1-3). I och med att de nya kurserna ersätter befintliga

kommer förkunskapskraven att ändras för samtliga discipliner. Dessa gäller från och med 1 januari 2021.

[Läs mer här](#)



Folkhälsomyndighetens beslut öppnar upp för träning för äldre

Den 22 oktober tog Folkhälsomyndigheten (FHM) bort de särskilda allmänna råden för personer som är 70 år och äldre. De rekommendationer som gäller för samtliga personer gäller nu även de äldre. Gymnastikförbundet lättar därför nu på

restriktionerna för att kunna bidra till att den fysiska hälsan personer som är 70 år och äldre förbättras. Vi ser att äldre och andra riskgrupper ska kunna träna, dock med försiktighet och med stora anpassningar.

[Läs mer här](#)



Håll i och håll ut - tillsammans



minskar vi smittspridningen av Covid-19

Att träna och röra på sig är viktigt, men vi behöver påminna varandra om att fortsatt följa uppsatta rekommendationer:

- Tvätta händerna
- Hosta och nysa i armvecket
- Undvika att röra vid ögon, näsa och mun
- Stanna hemma om du är sjuk
- Hålla avståndet

Tillsammans bidrar Svensk Gymnastik till att minska risken för smittspridning!

Här finner du löpande information och nyheter kring hur Coronaviruset påverkar Svensk Gymnastik



Pilotutbildningar för ny domarutbildning under hösten 2020

2021 lanseras en ny domarutbildning inom trupp gymnastik, med anledning av det arbete som gjorts att ta fram nya anpassade regler för nivå 7-9. Det tas även fram en ny domarutbildning fram med namn "Domarutbildning: Trupp gymnastik steg 1 – regionsdomare (nivå 7-9)". I samband med detta

genomförs två pilotutbildningar **den 28 november (sista anmälingsdatum 8 november)** samt **den 5 december (sista anmälingsdatum 10 november)**. Passa på att anmäla dig!



Rörelsepaus live på Facebook

Hej föreningar som har seniorträning på schemat! Här kommer ett komplement till era deltagare om era vanliga seniorgrupper inte är igång som vanligt.

Vi kör live-sändning på Facebook varje torsdag kl. 09:30 – 10:00 med 15 minuters sittgymna och 15 minuters pausgymna

Häng med, och sprid gärna informationen till era seniora

deltagare!

Gymnastikförbundet på Facebook



Digitala kurser och föreläsningar från RF-SISU

För att ge föreningar ökat stöd under coronakrisen sker en ökad samordning mellan RF-SISU distrikten. En del i arbetet är att distrikten för första gången, i en testverksamhet, erbjuder ett urval av digitala kurser och föreläsningar som är tillgängliga för alla, oavsett var man befinner sig.

[Läs mer här](#)



Hösterbudande i Gymnastikshoppen

Handla kläder för minst 500 kr och få en vattenflaska från Craft på köpet! Gäller alla sortiment under Profilerings och fram till 30 november (eller så långt lagret räcker).

[Besök Gymnastikshoppen här](#)

Erbjudande från Vera Sport

Har din förening/grupp funderingar på nya dräkter, Vera Sport erbjuder nu bra pris på utvalda modeller av Milanodräkter.

[Läs mer om erbjudandet samt hur du designar egna föreningsdräkter i den här PDF-filen.](#)
Har du frågor kontakta Vera Sport Gymnastik på info@verasport.se

Erbjudande Milano Pro-Sport.

Passa på att införskaffa förenings-, tävlings-, eller förträningsdräkter



- Minsta antal 50 st
- Blanda fritt bland storlekar
- Sista beställningsdag: 15 december



Se fler modeller
på
sida 11



Se fler
erbjudanden på
verasport.se
eller kontakta oss på



Scorpion: Gymnastikdräkt i lycra med paljetter, fyra olika färger

Pris: 325 kr (ord: 450 kr)



Hela Sveriges Julkalender - en stor intäktsmöjlighet för gymnastikföreningar!

I samarbete med vår sponsor Folkspel erbjuds alla föreningar att sälja BingoLottos Julkalender och tjäna pengar till föreningen.

[Läs mer här](#)

Framåt för fler i rörelse!

Flera studier visar att svenska barn och vuxna rör på sig för lite. Centrum för idrottsforskning har larmat om att två av tre barn inte når upp till världshälsoorganisationens (WHO) rekommendation om 60 minuter fysisk aktivitet per dag. Det vill vi förändra!

Svenska Spel har tillsammans med Riksidrottsförbundet startat initiativet Framåt för fler i rörelse. Målet är att bryta trenden med ökat stillasittande och passiv framtid. Tillsammans kan vi göra stor skillnad!

[Läs mer här](#)

Framåt för fler i rörelse!



Riksidrottsförbundet



SVENSKA SPEL



[Avregistrera mig från detta utskick](#)

Powered by EditNews