

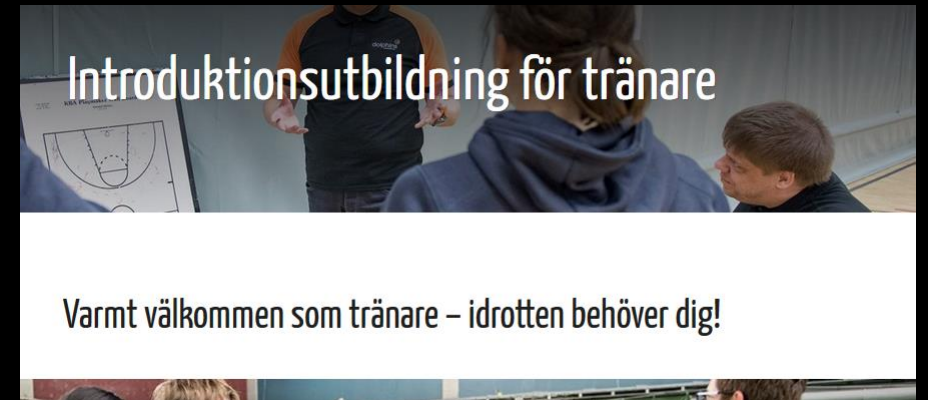


Svenska Kanotförbundet

Bosön 19 januari 2019

Stödja – Leda - Företräda







Strategi 2025 ↗

Svensk idrott – världens bästa!



Livslångt idrottande



Livslångt idrottande





Demokrati & delaktighet

Glädje & gemenskap

Rent spel

Allas rätt
att vara med





Idrott i förening

Idrotten gör Sverige starkare



Ny syn på träning och tävling



Resultatfokus



BETYDELSE AV TÄVLING I SITT IDROTTSUTÖVANDE

KÄLLA: UNGDOMSBAROMOTERN

MYCKET VIKTIGT: 1
HELT OVIKTIGT: 10





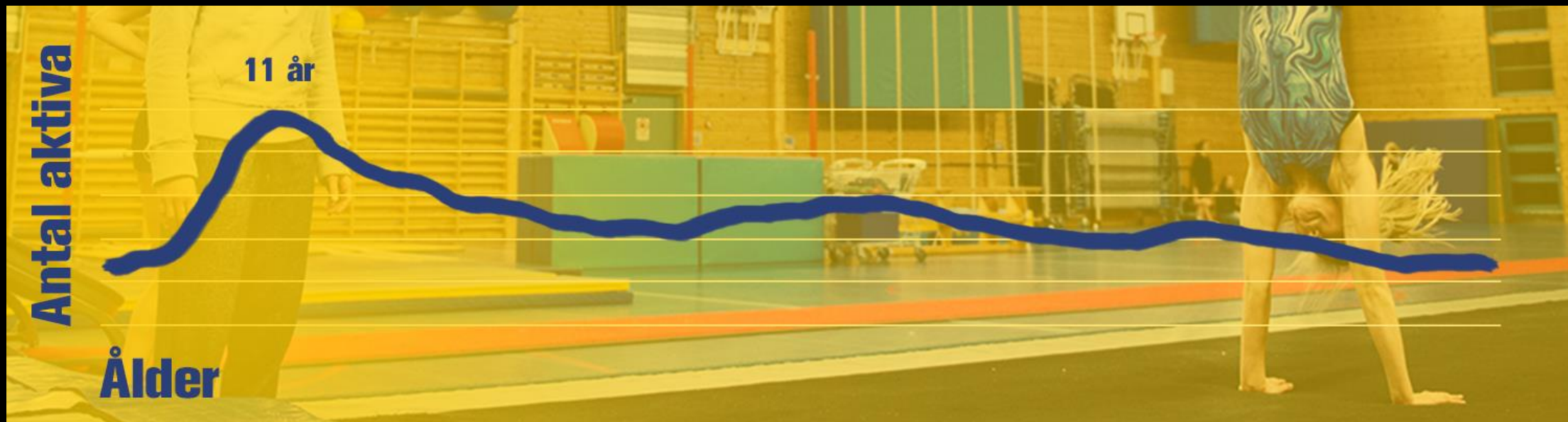
**Tar inte hänsyn
till individen**



30% skadade/vecka



Specialisering





VAD FÅR DIG ATT FORTSÄTTA IDROTTA?

KÄLLA: UNGDOMSBAROMETERN



Meningsfulla(re) tävlingar



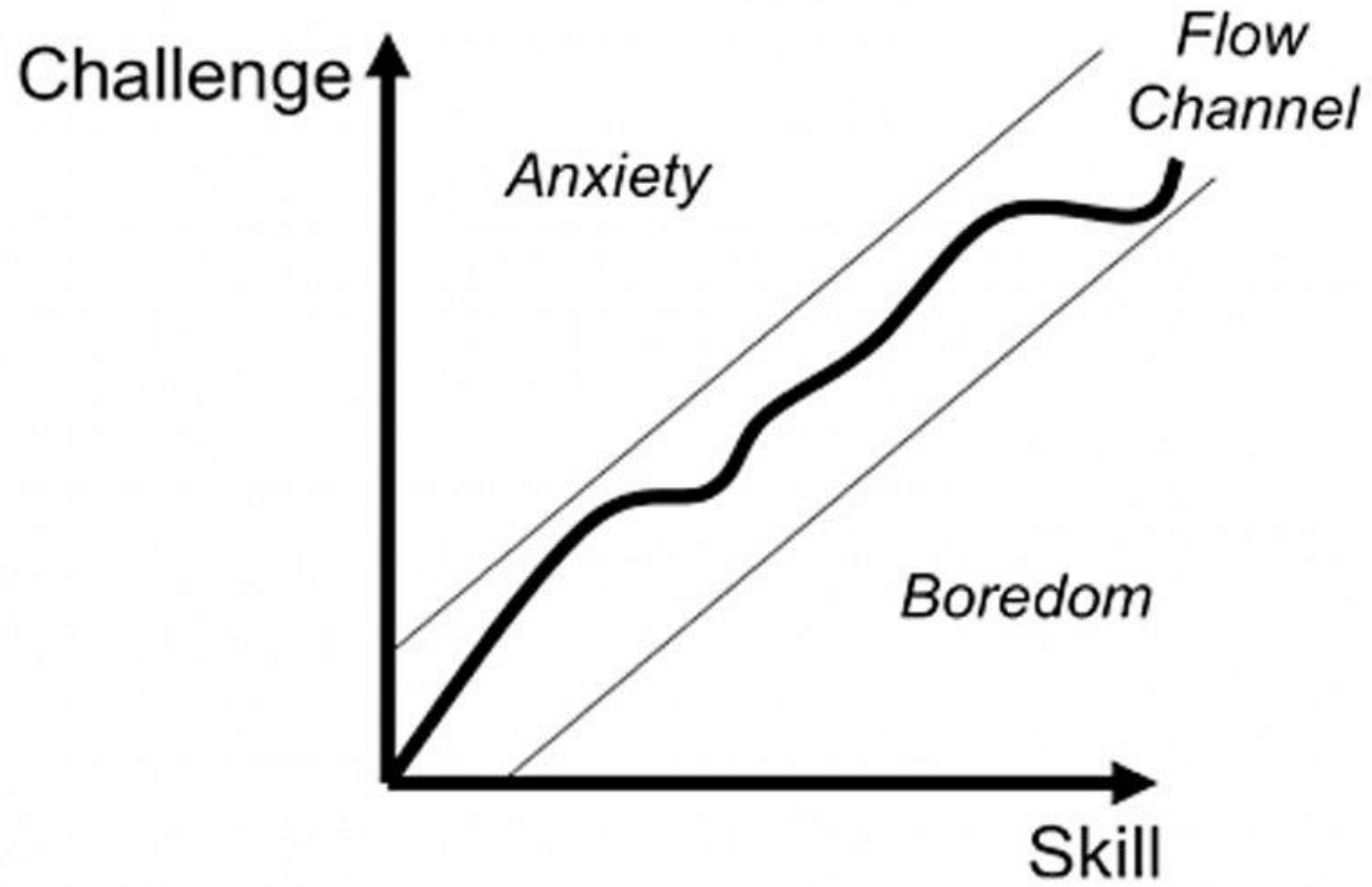
**Roligt och utmanande nu –
Och bra på lång sikt!**





Stödjer lärande och utveckling





"Flow" concept by Mihaly Csikszentmihalyi. Drawn by Senia Maymin.



Engagerad genom hela tävlingen

Kids Curling



MATCHERNA

- Gemensam uppvärmning 15 minuter innan match.
- 4 omgångar med olika förutsättningar.
- Spelare får rotera position mellan omgångar.
- 2 poäng för vunnen omgång, inte för antal stenar.
- Alla möter alla i sin grupp. (Inga utslagningsmodeller i form av trippelknock).
- Extrapoäng till lag för varje gång de lägger center- eller cornerguard på ettans stenar.
- Omgång 1: Vanlig curling.
- Omgång 2: Vanlig curling.
- Omgång 3: Inga utslagningar tillåtna.
- Omgång 4: Alla stenar i boet ger poäng. Båda lagen får poäng för det antal stenar som de har i boet vid omgångens slut.

En chans att lyckas





1

2

3





**Förstärker utveckling av
färdigheter**

Tyngdlyftning är inte bara styrka, det är även spänst, snabbhet och smidighet.



Bakåtkast med kula.



Det här var kul!

Nu vill jag träna mer och bli bättre till nästa gång.