

NORGE



Olympiatoppen
Vest

OLYMPIATOPPEN VEST

KOMPETANSELØFTET 2020

Olympiatoppen sine kjerneoppgave er å jobber for: - daglig treningskvalitet, - relasjoner i prestasjonsteam og - konkurranseforberedelser så gjennom 2020 vil Olympiatoppen Vest tilby 5 temakvelder innen idrettsfaglige temaer som prestasjonsernæring, idrettspsykologi, kraft/styrke, teknikk/motorikk, test/utholdenhet og idrettsmedisin for å dele kunnskapen og erfaring rundt de ulike feltene!

Sted: Idrettens Hus

Kl: 18-20

Påmelding for hele Kompetanseløftet: trykk [her](#)

Melder du deg på alle fagdage er prisen kr 1000,- ellers er det kr 250,- pr fagdag. For mer info, påmelding til hvert foredrag og datoer se under!

16. Mars: Prestasjonsernæring og spiseproblematikk

v/ Pia Mørk Andreassen

«Hvordan påvirker kostholdet prestasjoner? Påmelding [her](#)

29. April: Idrettspsykologi v/ Per Sjöberg

«Hvordan legge til rette for vekst og utvikling gjennom å møte psykologiske og emosjonelle behov» Påmelding [her](#)

8. Juni: Kraft/styrke v/Robert Brankovic og

Teknikk/motorikk v/Lars-Arne Andersen

«Tverrfaglig oppfølging av utøver» Påmelding [her](#)

17. August: Test/utholdenhet v/ Morten Ivarsen

Påmelding [her](#)

19. Oktober: Idrettsmedisin v/ Hege Clemm

«Har pusten noe å si for god prestasjon?» Påmelding [her](#)

