

GLÄDJE, UTVECKLING OCH FRAMTID

Bra Idrott IF

Hur skapar vi en idrottsmiljö där barn och unga får utvecklas, ha roligt och nå sin fulla potential? RF-SISU Uppland och Rimbo IF Fotboll bjuder in till en inspirerande föreläsning om framtidens barn- och ungdomsidrott.

Patrik Brenning, journalist och författare samt **Tommy Lundberg**, docent i fysiologi vid Karolinska Institutet, gästar oss för att prata om hur vi på bästa sätt tränar barn och unga – med fokus på att skapa förutsättningar för både utveckling, glädje och framtidens stjärnor.

Föreläsningen är en del av projektet **Bra Idrott IF** och genomförs som en uppföljning av Frölunda Hockeys besök i Uppsala. På plats finns Jonas Värm, Stefan Forsman och Andreas Vanberg från RF-SISU Uppland som presenterar projektet och hur er förening kan delta.

**29
APR**

**Kl. 18:30-20:30
OPALEN, RIMBO**

Anmäl dig **HÄR** eller
via QR-koden



PATRIK BRENNING



TOMMY LUNDBERG



Uppland

