



# FOR DEG MELLOM 15 OG 26: SLIK BLIR DU FREMTIDENS LEDER

Ungdom er den viktigste ressursen for utvikling av idretten i Vest-Agder!

Kurslærere: Marit Sørvig og Knut Arild Knutsen

**DEL 1: 4. - 6.MARS AGDER KURSSENTER, SØGNE**  
**DEL 2: 9.APRIL IDRETTENS HUS, KR.SAND**

PROGRAMMET FINNER DU PÅ  
[WWW.IDRETTSFORBUNDET.NO/VEST-AGDER](http://WWW.IDRETTSFORBUNDET.NO/VEST-AGDER)

*Målgruppe: Jenter og gutter i alderen 15-26 år som er medlem av et idrettslag i Vest-Agder, eller som ønsker å bli medlem.*

## Innhold:

### Del 1

- Teambuilding
- Selvtillit og selvfølelse
- Ledelse og lederrollen
- Ungdom i sentrum
- Idrettens organisasjon
- Arbeids- og endrings verktøy
- Kommunikasjon
- Retorikk

### Del 2

- Coaching

## Du får:

- Kursbevis (nyttig i jobb, skole og idrettssammenheng)
- Mulighet til å være med i ungdomsutvalg

«Det var bare en fantastisk helg med mye gøy leker, aktiviteter og læring. Denne helga vil aldri bli glemt!»

Tidligere deltaker.

## BINDENDE PÅMELDING INNEN 21.FEBRUAR

[Påmelding HER](#)

(evt. se linken på hjemmesiden)

Egenandelen inkl. overnatting, mat og kursdelen

Ta på forhånd kontakt med klubben din ang. egenandel – idrettskretsen oppfordrer klubbene til å dekke dette.

Maks 20 deltakere – dvs "førsteman til mølla"

918 85 160 / [aasc.karin.wigemyr@idrettsforbundet.no](mailto:aasc.karin.wigemyr@idrettsforbundet.no)

1000,  
- pr/  
pers