



UTBILDNING: INTRODUKTION TILL RÖRELSERIKEDOM

MÅLGRUPP

Detta är en introduktionskurs som riktar sig till er som hört talas om rörelserikedom, gillar konceptet och vill lära er mer.

SYFTE

Kursen syftar till att utveckla deltagarnas förståelse för vad rörelserikedom är och om vad det innebär att anamma ett rörelserikedomsförande mindset.

INNEHÅLL

Under kursen behandlas frågorna:

Vad är rörelserikedom?

Vad innebär det att anamma ett rörelserikedomsförande mindset?

Varför är rörelserikedom viktigt och angeläget?

Hur kan vi främja rörelserikedom?

UPPLÄGG

Kursen innefattar både en teoretisk del och praktiska moment. Det innebär att ni kommer lyssna och tänka, men också får möjlighet att prova på och uppleva deltagande i aktiviteter som designats utifrån principer för rörelserikedom.

Kursens innehåll är framtaget för att vara intressant för ledare i vid bemärkelse, i olika typer av verksamheter och på olika nivåer.

Vi rekommenderar att minst 120 min avsätts för genomförande av denna kurs.

VILL DU VETA MER?

Maila oss på hej@change-the-game.se eller läs mer på change-the-game.se

CHANGE
THE
GAME™