



AKTIV FYSIOTERAPI HOLDER FOREDRAG OM IDRETTSSKADER 8.MAI

Nittedal IL har gleden av å invitere klubbens medlemmer, trenere og lagledere til foredrag fra Aktiv Fysioterapi – som er samarbeidspartner med Nittedal IL.



Når: 8.mai kl.18-20 NIL-huset. Foredraget er gratis.

Tema: Idrettsskader i barne- og ungdomsidretten

- Hvordan handler vi når skader oppstår
- Tips og råd mtp skader
- Hvordan legger vi opp et rehabiliteringsregime
- Hva sier forskningen
- Diskusjon

Mål:

- Foreldre og trenere skal bli tryggere i skadesituasjoner

Vi håper mange kommer. Dette er viktig å ha kjennskap til.

Vi har 100 plasser.

Påmelding sendes til:

Jørgen Klem: jorgen@nittedalil.no

