

## KURS: FRIIDRETT FOR BARN

Dato: 7. juni

Kl 10.00 -18.00

Kjølnes stadion (påmeldingslink i bunnen av invitasjonen)

Telemark og Vestfold friidrettskrets, i samarbeid med Urædd friidrett, har gleden av å invitere til «Friidrett for barn» kurs på Kjølnes stadion. Kurset vil inneholde både praksis og teori. Teori holdes i Porsgrunn orientringslag sine lokaler ved siden av banen.

Vi er heldige å ha fått en super kursholder – Ole Kristian Landsverk Weber, (som faktisk tidligere har stått i Snøgg), har takket ja til å ta kuret for oss. Ole- Kristian er kretsleder i Buskerud friidrettskrets, og er til daglig lærer. Han er tidligere mangekjemper, og har stor kunnskap om friidrett, og lang erfaring som kursholder i Norges friidrettsforbund. Ole – Krisitan har fått veldig gode skussmål på kurs han har holdt for oss tidligere – så her er det bare å benytte anledningen – meld deg på 😊



Ole Kristian representerer klubben Krødsherad IL til vanlig

Kurset inneholder to timer e-læring, som bør tas på forhånd. [link](#) til e-læringen



Telemark

Før du melder deg på kurset, skal du ta Trenerattesten. Det gjøres her: [trener.nif.no](https://trener.nif.no) og krever innlogging med Minidrett-brukeren din.

## Friidrett for barn

### Målgruppe

Alle som ønsker å trene eller trener barn i friidrett i alderen 6-12 år.  
Nedre aldersgrense for å delta på kurset er at man fyller 14 år kursåret.  
Krav for å bli trener i barnefriidrett

### Omfang og gjennomføring

10 timer:

- 8 timer er med kurslærer, der tre timer er teori og 5 timer er praksis.
- 2 timer er E-læring

Samt trenerattesten

**Påmeldingsfrist:** 20. mai 2026

[Påmelding her:](#)