



## Program for Sunn Idrett & Olympiatoppen Midt-Norges foreldre- og trenerseminar

**Torsdag 28. september 2017**  
**Toppidrettssenteret i Granåsen**

17.30 - 18.00	Registrering og kaffe, matbit.
18.00 - 18.15	<b>Velkommen</b> <i>v/ Trine Løkke, adm. leder Olympiatoppen Midt-Norge og Anita Rapp-Ødegaard, prosjektleder Sunn Idrett</i>
18.15 - 19.00	<b>Hvordan kan du som forelder bidra til å styrke de unges selvfølelse?</b> <i>v/ Frode Moen, avdelingsleder Olympiatoppen Midt-Norge og fagansvarlig idrettspsykologi</i>
19.00 – 19.15	Pause
19.15 - 20.00	<b>Tilpasset trening for idrettsutøvere i vekst og utvikling</b> <i>v/ Øyvind Sandbakk, fagansvarlig ved Olympiatoppen Midt-Norge, daglig leder og professor ved Senter for Toppidrettsforskning ved NTNU</i>
20.00 - 20.10	Pause
20.10 – 21.00	<b>Mat, kropp, vekt og prestasjon for unge utøvere. Kunnskap og kommunikasjon.</b> <i>v/ Marianne Strand-Udnæseth, fagansvarlig Sunn Idrett</i>
21.10 - 21.30	<b>Spørsmål fra salen/ diskusjon</b>
21.30	<b>Program slutt</b>