



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	Velkommen <i>v/ Trine Løkke, adm. leder Olympiatoppen Midt-Norge og Anita Rapp-Ødegaard, prosjektleder Sunn Idrett</i>
18.15 - 19.00	Hvordan kan du som forelder bidra til å styrke de unges selvfølelse? <i>v/ Frode Moen, PhD, avdelingsleder Olympiatoppen Midt-Norge og fagansvarlig idrettspsykologi</i>
19.00 – 19.15	Pause
19.15 - 20.00	Tilpasset trening for idrettsutøvere i vekst og utvikling <i>v/ Øyvind Sandbakk, PhD, 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	Mat, kropp, vekt og prestasjon for unge utøvere. Kunnskap og kommunikasjon. <i>v/ Siri Marte Hollekim, PhD, fagkonsulent idrettsernæring Olympiatoppen</i>
21.10 - 21.30	Spørsmål fra salen/ diskusjon
21.30	Program slutt