



NYA RÖRIS 7 ÄR HÄR!

Bli rörelseinspiratör

Nu har du chansen att utbilda dig till Rörisinspiratör och bjuda barnen på massor av rörelseglädje.

RÖRIS har tagits fram för att ge vuxna ett enkelt verktyg att få in rörelse i barnens vardag. Röris vänder sig till barn i förskoleklass och till årskurs 3 och är ett lekfullt rörelseprogram på ca 20 minuter som är uppdelat i åtta delar som även fungerar var för sig. Programmet syftar till att ge ny energi och pulshöjning men också träning av motorik, kroppsmedvetenhet och koncentration. Det ingår även två bonusdelar i programmet.

FÖR VEM: Lärare, fritidspedagoger och föräldrar. Du behöver ingen tidigare utbildning inom Röris.

INNEHÅLL: I utbildningen ingår en föreläsning samt praktisk övning i nya Röris 7. Alla får en cd och en plansch samt möjlighet till digital nedladdning och fika så klart.

NÄR: **Tisdagen den 3 oktober kl 13:00-16:30** alternativt **torsdagen den 12 oktober kl 13:00-16:30**

VAR: Friskis&Sveltis lokaler på Östra Esplanaden 20.

KLÄDSEL: Klä dig i kläder som du lätt kan röra dig i.

PRIS: 650:- per person.

ANMÄLAN: Anmäl dig till info@almhult.friskissveltis.se. Sista anmälningsdag är den 17 september 2017.

FÖR VEM: Kontakta Zara Tall zara@almhult.friskissveltis.se alt 0476-647794.

RÖRIS - ett rörelseprogram för skolan och hemma

