



Stockholm



Projekt U23 – samling #2, 21 januari 2024

# Samling i U23 Stockholm

## Inbjudan

Vid andra tillfället handlar utbildningsdelen om hur man mentalt hanterar olika moment inom idrotten. Helena Bergman utgår från sitt arbete med förberedelser under sin långa och framgångsrika karriär i världstoppen.

### Samlingstid

10.00

### Samlingsplats

Fredrika Bremer (specificera)



Helena Jansson, numera Bergman

### Program i stora drag

- Inledande träning på karta. Möjlighet till både kortare och längre pass.
- Lunch
- Föreläsning
- Avslutning senast kl 15

### Anmälan

[I IdrottOnline senast 17 januari 2024](#)

### Kostnad

200 kr som fakturerar klubben i efterhand



Stockholm

