

Instruktörsutbildning i

Brainswim 1 (Gilla Vatten)

Högevallsbadet, Lund 1-2 maj 2020



Vill ni vara med att få fler barn, unga och vuxna att gilla vatten och känna sig trygga i vatten? Utbilda dig i metodiken Brainswim som är särskilt utvecklad för att ge ökad trygghet i vatten.

Utbildningen kommer föregå på Högevallsbadet i Lund. Vi börjar utbildningen fredag 1 maj kl 09.00 och avslutar lördag 2. Maj kl 14.00

I metodiken Brainswim, jobbar vi med att överbrygga hinder som är i vägen för att lära sig simma. Genom Brainswim lär barnen sig att förstå, acceptera och kontrollera den egna kroppen i olika positioner i vattnet. Övningarna i Brainswim är stillsamma, lugna, rogivande, och inte forcerade, för barnen. Barnen får erfarenhet och genom att utforska och experimentera i vattnet, det tar bort rädslan, och gör dem redo att lära sig simma i nästa steg.

Brainswim är utvecklad av **Milton Nelms** och **Shane Gould**. Utbildare kommer vara Milton Nelms, som i över 40 år har arbetat med många olika grupper i vatten från barn och vuxna som är rädda för vatten, ungdomar och upp till elitsimmare på världsklassnivå. **Observera att stora delar av utbildningen hålls på engelska.**

Gilla Vatten startade upp i 2014 som ett projekt med stöd från Arvsfonden. Vi har sedan dess utbildat över 450 instruktörer i metodiken. Totalt har över 10 000 barn/unga blivit tryggare i vatten genom Brainswimmetoden. Instruktörerna kommer från olika typer av föreningar och organisationer; som simklubbar, skolor, simhallar, habiliteringar, föreningar för barn med funktionsnedsättning och föreningar som arbetar med invandrarbarn med mera.

Utbildningen i Brainswim består av både teori, men mycket praktik i bassängen. Utbildningen förutsätter att ni själva är med i vattnet och provar på alla övningar. Ta med badkläder, handdukar, shorts, t-shirt.

Pris: 2500 kr per person

Det inkluderar utbildning med utbildningsmaterial, lunch och fika båda dagar.

Boende står ni för själva.

För mer information och anmälan kontakta Gilla Vatten på hilde@gillavatten.se eller telefon 046-15 20 67.

Bakom Gilla Vatten står SK Poseidon och Swedish Center for Aquatic Research. Läs mer om Brainswim och Gilla vatten på www.gillavatten.se

Program:

Fredag den 10. maj

09.00 – 10.15 Teori

10.30 - 12.00 Teori och träning i bassäng

12.00 - 13.00 Lunch

13.00 – 17.00 Teori och träning i bassäng

Lördag 2. Maj

09.00 - 10.30 Teori

11.00 - 12.00 Teori och träning i bassäng

12.00 - 13.00 Lunch

13.00 – 14.00 Teori och avslutning.

Mvh.

Hilde Elise Hansen

Gilla Vatten

SK Poseidon

Telefon: 046 15 20 67

e-mail: hilde@gillavatten.se