

# Inbjudan domarutbildning Jönköping

- Datum:** 19-20 februari 2022, start 09:00 lördag 19/2.
- Plats:** Idrottshuset Jönköping, Lagermansgatan. Parkera i garaget under Idrottshuset. Ingång från Halle Persgatan.
- Instruktörer:** Leif Josefsson och Ulf Eriksson
- Hur anmäler jag mig?** Anmälan görs i **två steg:**
- 1. Mail till Syd Östra SF via mail:**  
[sydostrastyrkelyft@gmail.com](mailto:sydostrastyrkelyft@gmail.com) *från aktuell klubbledare/styrelse med följande information:*
    - Namn på den/de som önskar gå utbildningen
    - Ålder
    - Förening
    - Distrikt
    - Mailadress till den/de som önskar gå utbildningen
    - Telefonnummer till den/de som önskar gå utbildningen
    - Uppge om specialmat önskas vid allergi.
- Märk mail med ”Anmälan domarutbildning Jönköping”
- 2. Du som individ går själv går in och anmäler dig till utbildningen via [denna länk till IdrottOnline här.](#)**
- Observera!** Alla föreningar, oavsett distrikt, är välkomna att anmäla deltagare.
- Anmälan senast: 6 februari**
-



**Anmälningsavgift:** För klubbar inom Sydöstra SF 400 kr per person.  
För övriga klubbar 900 Kr per person.  
Mat och fika ingår.  
**Anmälningsavgift betalas in till bankgiro 409-3779 senast 13 februari.**  
Märk inbetalning med namn och förening.

**Maxantal:** 15 personer. Först till kvarn gäller.

**Förkunskaper:** Ladda ner och skriv ut den svenska regelboken (se länk nedan). Skall läsas innan utbildningen.

**Viktigt!** Ta med egen dator eller surfplatta, det teoretiska provet skrivs online.

**Registerutdrag:** Ett begränsat registerutdrag skall visas upp till instruktörer på plats INNAN start av utbildning lördag morgon. Man blir inte registrerat på utbildningen utan att detta visas upp. Att fotografera av utdraget eller skicka via mail är inte ok, det skall visas upp fysisk på plats. För att hämta hem utdraget går man in på Polisens hemsida här: [Belastningsregistret - begär utdrag | Polismyndigheten \(polisen.se\)](http://Belastningsregistret - begär utdrag | Polismyndigheten (polisen.se))

Notera att det kan ta lite tid att få hem utdraget så beställ hem detta så snabbt som möjligt.

**Övernattning:** Resa/övernattning bekostas av förening/individ.  
Förslag:  
Comfort Hotell Jönköping (8-10 min gångavstånd)  
749 kr för enkelrum. 841 kr för ett dubbelrum  
Tel. nr. 036-10 08 00

**Frågor:** Sydöstra SF: Leif Josefsson 073-970 70 58  
Jönköpings SK: Saga Eriksson 073-063 05 87

**VÄLKOMNA**

**Sydöstra SF**



## Program

### ***Lördag 19 februari***

09:00-09:30 Samling med kaffe i Jönköpings SK klubblokal Idrottshuset

09:30-11:00 Regler teori

11:00 Fika

11:15-13:00 Regler teori

13:00 Lunch

14:00-15:45 Regler teori

15:45 Fika

16:00-c:a 18:30 Praktik, träna på att döma.

18:30 (19:00) Middag

### ***Söndag 20 februari***

08:00-09:00 Deltagarnas frågor inför proven

09:00 Teoretisk prov

11:00 Fika

11:15 Praktisk prov i JSK klubblokal

13:00 Avslutning med lunch

---



### Tips inför utbildning:

[Länk till regelbok svenska](#) (Skall läsas genom innan utbildning).

[Länk till regelbok engelska](#) (Bläddra gärna lite i denna och använd som ett komplement till den svenska. Om något känns oklart i den svenska boken kanske man lättare förstår förklaringen i denna.)

[Länk till Svenska Styrkelyftförbundets tävlingsbestämmelser](#) (Skall läsas genom innan utbildning).

[Länk till IPF:s approved list](#) (En lista över all godkänd utrustning. Denna bör kollas genom innan utbildningen. Man behöver ej memorera dessa, men förstå hur den används.)

[Länk till den visuella approved list](#) (Visar bild på alla godkända **loggor** som finns med på IPF:s approved list samt ett urval av utrustning från varje företag. **Notera!** Sponsorloggor som svenska föreningar har fått godkänt nationellt finns ej med här.)

[Länk till Svenska Styrkelyftförbundets domarstege](#) (Här får du veta vilka krav som ställs till alla domarkategorier etc.)

---