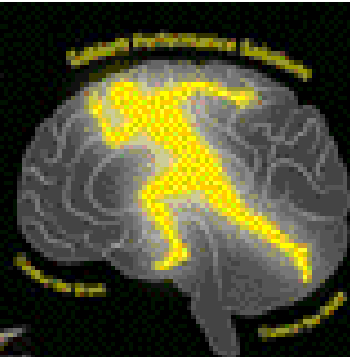


# OPTIMIZING ATHLETE PERFORMANCE WORKSHOP



Presented by World-Renowned Sport Scientist, Dr. Tim Gabbett

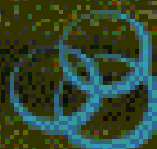
Comprehensive 2-day workshop encompassing:

- A Best Practice Approach to Workload Monitoring
- Building Robust Athletes
- Testing and Training Elite Football Players
- Roundtable Discussion and Q&A

**Dates:** 27th-28th Sept, 2017 & 30th Sept-1st Oct, 2017

**Location:** Sweden

**Contact:** [martin@specialistgruppen.se](mailto:martin@specialistgruppen.se)



**SPECIALISTGRUPPEN**  
MODERN ANPASSNING PÅ SPÅN



Specialistgruppen och Gabbett Performance bjuder in till en mycket intressant och spännande workshop.

## ”Optimising Athlete Performance” med dr. Tim Gabbett.

Kursinnehåll (med reservation för mindre förändringar):

### Day 1 - Workload and injuries workshop

- A best practice approach to training monitoring
- Should we be training smarter and harder?
- What are we training for?
- The good, the bad and the ugly: Some case studies & practical sessions - Build robust athletes

### Day 2 - Testing and training elite football players

- Physical demands of match-play
- Repeated sprint demands
- Practical session: performing a RSA test - Data analysis and interpretation - Pacing
- What do the best football development programs look like?

**Pris:** 4500 kr exkl. moms.

Medlemmar i SFAIM, Skåneidrotten, Svenska Fotbollssjukgymnasters Förening eller Idrottsmedicinska sektionen i Svenska naprapatförbundet betalar 3800 kr exkl. moms

### Datum och plats:

27-28:e september - Kristianstad (Dag 1 09:00 - 17:00, Dag 2 08:30 - 16:30)

30:e sep-1:a oktober - Stockholm (Dag 1 09:00 - 17:00, Dag 2 08:30 - 16:30)

**Anmälan:** Via mail till: [info@specialistgruppen.se](mailto:info@specialistgruppen.se) Ange namn och fakturaadress samt vilken av kurserna du vill gå (Kristianstad eller Stockholm). Anmälan är bindande. Vid återbud tidigare än 3 veckor innan kursstart återbetalas kursavgiften, vid återbud senare än 3 veckor innan kursstart ges ingen återbetalning av kursavgiften. Platsen kan överlåtas till annan kursdeltagare.

Vid eventuella frågor kontakta Martin Asker, [martin@specialistgruppen.se](mailto:martin@specialistgruppen.se)

Läs mer om Tim Gabbett och hans arbete här:

<http://gabbettperformance.com.au/profile/>