# Att prestera med glädje

I samband med ÖIS årsmöte den 18 mars bjuder SISU Idrottsutbildarna, Göteborgs Friidrottsförbund och ÖIS Friidrott in till en gratis föreläsning med Green & Kallin som arbetar med mental och fysisk prestation.

Utifrån sina egna erfarenheter och upplevelser tillsammans med den senaste hjärnforskningen har de tagit fram Green & Kallin modellen.
En modell som är basen till att kunna prestera med glädje.
Emma och Camillas vägar korsades för 17år sedan, nu jobbar de tillsammans mot gemensamma målet att inspirera andra till att prestera hållbart och med glädje som bas.

*”För att nå dit du vill krävs förmågan att kunna vara seriös men inte allvarlig”
 - Emma & Camilla .*

**Plats:** Friidrottens hus, våning 2

**Datum och tid:** 18 mars kl 17.00-17.45

**Anmälan via länk:** <https://docs.google.com/forms/d/1pN68nB_spLy3_1C2a4CZ6Ky-HJE-QgFRb_qYa3hcVJY/edit?usp=sharing>



 

   