

## Inbjudan till:

# ”Nyckeln till framgång”



*Jonas Leandersson, 26 år, studerar Magisterprogrammet i fysioterapi vid Umeå universitet. Han är elitorienterare på landslagsnivå och har bl.a. vunnit två världsmästerskap och tre europamästerskap. Inför Idrottsgalan 2016 var Jonas nominerad till ”Årets manliga idrottare 2015”.*

*Jonas kommer under sin föreläsning att dela med sig av sina erfarenheter kring sin elitsatsning. Han kommer prata om sitt träningsupplägg samt sina tankar och erfarenheter för att kunna maximera träningen och studierna, - hur han arbetar för att prestera när det gäller som mest!*

**Föreläsare: Jonas Leandersson, Elitorienterare  
samt student vid Umeå universitet**

**Föreläsningen är gratis och vänder sig i första hand till orienterare och tränare inom orientering men även andra idrottsintresserade är välkomna.**

Datum: måndag den 15 februari 2016

Tid: 18:30 – 20.00

Lokal: IKSU Sport, Bryssel

Begränsat antal platser, först till kvarn gäller... **Anmälan senast 11/2** via följande länk:

<http://www.ih.umu.se/om-idrottshogskolan/kalendarium/kalendarievisning/?eventVersionId=16647>

## Varmt välkomna!