

Preliminärt program för Floorball Science Summit

Umeå 9: e februari 2024, Clarion-hotell

08.00 - 09.00 Registrering och fika

09.00 - 09.15 Välkommen och presentation av Innebandyns kompetenscentrum (IKC)

09.15 - 10.00 Innebandyns framtida stjärnor – om antagning till idrottsgymnasier, Per-Göran Fahlström

10.00 - 10.30 Knäkontroll halverar skaderisk inom innebandy, Ida Åkerlund och Martin Hägglund

10:30 – 10:45 FIKA

10.45 - 11.15 Matchrelaterade stresspåslag och återhämtning hos lagidrottare, Apostolos Theos

11.15 - 11.45 Elitsatsande ungdomar - lika eller olika? Hur hänger det ihop med skaderisk? Sofia Levin

11.45 - 12.00 Praktisk övning – MAC (Mindfulness - Acceptance - Commitment), Sofia Levin

12.00 - 13.00 LUNCH

13.00 - 13.30 Bemästra innebandy: Träning och testning för prestation, William Hangasjärvi

13.30 - 14.00 Innebandymålvakter – spelmoment under match och muskuloskeletala besvär, Eva Tengman

14.00 - 14.45 Perception and Action in Floorball, Sami Kalaja (ges på engelska)

14.45 - 15.15 FIKA

15.15 - 15.30 Summering av föreläsningar samt utdelning av IKC:s vetenskapliga pris

Workshops

15.30 - 16.15 Demo Perception and Action in Floorball, Sami Kalaja (ges på engelska)

16.15 - 16.50 Från data till dominans: Anpassad träning baserad på fysiska testresultat, William Hangasjärvi och Apostolos Theos

16.50 - 17.00 Summering

De fysiska platserna är i första hand avsedda för NIU- och RIG-ledare samt kanslipersonal i distrikten. I mån av plats finns det möjlighet för övriga att delta fysiskt. Det är även möjligt att delta digitalt.

Konferensavgift: 400 kr/deltagare. Avgiftsfritt för RIG- och NIU-ledare samt för digitala deltagare.

Boende: Kan bokas via Clarion hotell Umeå, anges i samband med anmälan.

Anmäl dig här

Kontakt vid frågor: taru.tervo@umu.se, 070-617 04 54



Föreläsare



Per-Göran Fahlström

Universitetslektor i idrottsvetenskap vid Linnéuniversitetet. P-G undervisar och forskar om ledarskap och coaching. Flitigt anlitad föreläsare inom idrottssverige.



Ida Åkerlund

Fysioterapeut, lärare och forskarstudentade i fysioterapi vid Linköpings universitet. Ida forskar kring skadeförebyggande träning inom innebandyn.



Martin Hägglund

Professor i fysioterapi vid Linköpings universitet. Martin undervisar och forskar i ämnet fysioterapi och idrottsmedicin. Ansvarig forskare för Knäkontrollstudien. *Deltar digitalt.*



Apostolos Theos

Lektor och enhetschef på Idrottsmedicinska enheten vid Umeå universitet. Apostolos undervisar och forskar i ämnet idrottsfysiologi, framför allt inom området hormoner och metabola variabler hos idrottare samt muskelbiologi.



Sofia Levin

Leg. psykolog, fd. elit-handbollsspelare och doktorand inom Företagsforskarskolan vid Umeå universitet. Sofias forskning handlar om hur träningsbelastning, hälsovanor och psykologiska faktorer relaterar till idrottsskador.



Eva Tengman

Lektor i fysioterapi vid Umeå universitet. Eva forskar och undervisar i ämnet fysioterapi. Evas forskning handlar om knä- och fotskador. Hon har även studerat målvakter ur ett fysioterapeutiskt perspektiv.



William Hangasjärvi

Idrottsfysiolog och testledare på Bosön, fd elitbasketspelare och doktorand vid Karolinska institutet. William har tagit fram de fysiologiska riktlinjerna för innebandyspelare och skrivit delområdet innebandyfys för den nya utvecklingsmodellen för svensk innebandy.



Sami Kalaja

Idrottspedagog, doktor i idrottsvetenskap och professor i praktik inom idrott vid Jyväskylä universitet. Sami har lång erfarenhet inom coaching, både på förenings- och landslagsnivå. Fd chef för Finnish Institute of High Performance Sports.

