



JENTELØFTET 2024



Fana IL inviterer alle kvinnelige utøvere til jentesamling 28. september. Vi setter av hele dagen til blant annet trening, faglig innhold, mat og sosialt samvær. Det blir tre foredragsholdere som skal snakke om menstruasjonssyklus, frafallsproblematikk og spiseforstyrrelse innad i idretten.

Siri Reiersen



Siri er genuint opptatt av det spesifikke innenfor trening av jenter og prestasjon, sett opp mot menstrasjonssyklus. Master i idrettsfysiologi, topp trenerutdanning og tidligere skøyteløper

Mads Skauge



Førsteamanuensis ved Nord Universitet, Bodø. Doktorgrad i Idretts sosiologi, der han blant annet har forsket mye på ungdomsidrett, ulikhet og frafallsproblematikk

Tonje Meinstad Aaserud



Tonje er en erfaringsrådgiver på Gillion Klinikken og gjennomfører en bachelor i ernæring ved Oslo Nye Høyskole. Tonje var alvorlig syk med spiseforstyrrelser i ungdomstid og har selv erfart hvor sterke krefter sykdommen kan ha

 **Fana Arena**  **Lørdag 28. september**  **Kl. 10:00**

Program:

- Kl. 10:00 Oppmøte, registrering og utdeling av t-skjorter
Sportssjef Gisle Ellingsen ønsker velkommen
- Kl. 10:30 Felles basisøkt i hallen med Audun Manum
- Kl. 11:30 Frukt og enkel servering
- Kl. 12:00 Foredrag med Siri Reiersen: Menstruasjonsyklus
- Kl. 12:45 Pause m/ enkel servering
- Kl. 13:00 Foredrag med Mads Skauge: Frafallsproblematikk
- Kl. 13:45 Pause m/ enkel servering
- Kl. 14:00 Foredrag med Tonje Meinstad: Spiseforstyrrelse
- Kl. 15:00 Middag og mingling
- Kl. 16:30 Takk for oss

Alle deltakerne får utdelt en profilerings t-skjorte fra Fana IL ved registrering.

Velkommen til en kunnskapsrik og fin samling for alle jenter i Fana IL

Påmelding: Fanail.no eller scann QR koden:



Takk til Sparebanken Vest for midler til gjennomføring av prosjektet

