

Hej!

Tack för din ansökan till ledaruttagning. Du gör helt rätt, för det är kul och utvecklande, det här med att vara ledare på Friskis.

Förbered dig

Inför ledaruttagningen kommer vi att skicka dig två filmer och två låtar (samma låtar som i filmerna) från ett Coreflex-pass. Öva in dessa två låtar och rörelser till uttagningen. Vid uttagningen leder du dina låtar för våra rekryterare och för de andra som söker till ledare. Det är viktigt att komma väl förberedd då detta är en pirrig situation där nerverna kan spela små spratt 😊

Filmerna som du kommer att få är från Coreflex soft, en lite mjukare variant än den vanliga Coreflexen, men om du blir uttagen får du själv välja om du vill leda Coreflex eller Coreflex soft.

Vad tittar vi på?

Det vi främst tittar på under en ledaruttagning är din takt- och musikkänsla, din plastik (rörelsesätt), din fysiska kapacitet och, inte minst, på dina ledaregenskaper så som utstrålning och energi, närvaro och ögonkontakt.

Det är viktigt att tänka på att vi tittar på dig och alla som söker till ledare under hela uttagningen, inte bara när du leder dina låtar. Vi vill se energi, taktkänsla och en tydlig plastik med stora rörelser både när du leder dina låtar och när du deltar i uppvärmningen och övriga uttagningen.

Varmt välkommen!