



Ledarnytt



31 augusti 2017

- Finnkampen till helgen
- IFK Bilen
- Hemsidan - gruppflikar
- Dingo Day Camp 10 september
- Lilla Lidingöloppet 24 september
- Bukledardag 14 oktober
- Utbildningar
- Inomhustider
- Viktiga datum under hösten

Finnkampen 2-3 september

Till helgen är det dags för Finnkampen! Ni som ännu inte köpt era biljetter passa på nu!! Vi erbjuder via Stadionklubbarna ett föreningserbjudande, [klicka här](#) för att komma till biljettbeställning, **samordna gärna i er träningsgrupp och få rabatt, ju fler biljetter ju bättre pris!**

IFK bilen

Ni har väl sett att vi numera har en klubb bil? Det finns möjlighet till att använda bilen för klubbrelaterade tillfällen, kontakta kansliet för mer info!



Hemsidan/gruppfliken

Några grupper har ännu inte uppdaterat sina flikar på hemsidan, vi ber er att göra det.

I samband med att vi lanserade vår nya hemsida vill vi att all info är aktuell och att vi använder den som primär informationskanal. Träningsgrupperna bör lägga upp alla sina aktiviteter, träning, tävling, läger, sociala aktiviteter, funktionärsuppdrag, ja allt i kalendern.

Ni som är administratörer, **HJÄLP OSS MED DETTA!!!**

Kontakta kansliet om ni behöver hjälp att komma igång!

Dingo Day Camp 10 september

Påminner om anmälan till lägret och funktionärsuppdrag, gäller grupper födda 2009 och 2010. Det har gått ut till berörda grupper via mail men påminn gärna era aktiva på träningarna!

Länk till [anmälan till lägret](#)

Länk till [anmälan av funktionärsuppdrag](#) (ni ledare anmäler er också som ledare på samma länk)

Lilla Lidingöloppet 24 september

Vi uppmuntrar er att ha gemensamma uppvärmningar, antingen i gruppen eller tillsammans med övriga grupper i samma ålder. Efter loppet har vi klubbmöte och en naturlig samlingsplats vid Kidzone som kommer att ligga vid målområdet, (samma plats som förra året). Där kommer vi ha en prova på friidrottsbana och lite häng.

BUK ledardag 14 oktober

Datum har vi redan annonserat, det bli **14 oktober** med start 9:30 och vi räknar med att det håller på fram till ca 15:00 Program och info i särskild inbjudan kommer separat, men vi kan redan nu berätta att innehållet blir bland annat, rörlighetsträning, stegrad tekniktips 7-9 år, lyftteknik 10-12 år, teori i ämnet rätt träning i rätt ålder samt diskussion och erfarenhetsutbyte om "att våga tävla".

Inomhustider efter höstlovet

Bifogad längst ner i detta ledarnytt finns halltiderna som gäller efter höstlovet, kika på dessa och återkom ifall något känns konstigt! Detta gäller BUK grupper!

Ni som tränar på Bosön (ToJ) efter höstlovet vill vi få in tider för, asap! Maila Ingela omgående, Tack!

Utbildningar

Vilken utbildning behöver du och dina kollegor? Håll dig uppdaterad på vår hemsida under fliken [ledare/utbildning](#) vad som ligger i närtid.

- **Grenfördjupning.**
Passa på att fördjupa dina grenkunskaper!!! Sista tillfället för denna omgång, 6 september. Läs mer och anmäl dig [här](#).
- **Intropass** med Annica 5 september. Riktat sig till er som är nya som ledare eller vill repetera de olika grenarna. Läs mer och anmäl dig [här](#).
- **Funktionärsutbildning** Ni som ska vara funktionärer på Luciaspelen 8-10 dec kommer att få ett ypperligt tillfälle att fördjupa sig i de grenar vi har med på tävlingen. Den 1 december 18-20 är tiden för utbildningen, platsen är Bosön.
Inbjudan och info kommer! **Boka in datumet redan nu.**
- **Plattformen** läs om vilka datum som erbjuds och anmäl dig via länken [här](#). Första tillfället är den 23-24 september. Meddela kansliet om ni avser anmäla er.
- **08-fris utbildningsprogram har nu kommit**, [läs här](#). Anmälan är öppen och maila till ifk@lidingofri.se vilka du vill gå på så anmäler vi dig.
Stäm av med tränarkollegor i gruppen och fördela mellan er vem som går vad!

Andra datum för höstens planering

- 2-3 september Finnkampen länk [till funktionärsanmälan](#)
Länk till att köpa [biljetter med föreningserbjudande](#)
- 2-3 september Kraftmätningen (04-02)
- 6 september Stockholmskampen Huddinge (05or och 04or)
- 6 september KM 5000 Lidingövädden
- 10 september Dingo Daycamp (09or och 10or) Lidingövädden
- 13 september Veckas Gren - 400&800 m Lidingövädden
- 16 september Stockholmskampen Enskede (05or och 04or)
- 22-24 september Lidingöloppet, tävla samt funktionärsuppdrag för alla
- 4 oktober Veckans Gren Castorama (spjut, diskus och kula) Lidingövädden
- 14 oktober BUK ledardagen (inbjudan kommer via mail)
- 25 oktober Veckan Gren – Slägga Lidingövädden (nytt)
- 11-12 november Dingo Camp (08or-06or)- Bosön
- 8-10 december Luciaspelen - Sättrahallen

TPR – vår vuxenträning

Hjälp oss gärna att sprida information om vår otroligt fina vuxenträning. Skicka gärna med länken nedan i nästa utskick till era föräldrar där man kan läsa om vad vuxenträningen är, och kom gärna och prova själva så du vet vad det är. Kul att träna ihop med andra klubbmedlemmar. [Länk till anmälan](#) och info om TPR

Tider i Gymnastikhallarna ht 17 & vt 18

Gäller BUK grupper 2010-2005

grupp	dag	tid	hall
2010 1	Måndag	17:00-18:00	Skärsätra
2010 2	Lördag	14:00-15:00	Skärsätra
2010 3	Söndag	10:00-11:00	Skärsätra
2010 4	Söndag	15:00-16:00	Källängen
2010 5	Torsdag	18:00-19:00	Torsvik
09 1	Tisdag	18:00-19:00	Källängen
09 2	Fredag	17:00-18:00	Källängen
09 3	Torsdag	19:00-20:00	Torsvik
09 4	Söndag	12:00-13:00	Skärsätra
08 1	Söndag	18:00-19:00	Källängen
08 2	Lördag	11:00-12:00	Källängen
08 3	Tisdag	17:00-18:00	Källängen
2007	Måndag	18:00-19:00	Källängen
07 1	Söndag	17:00-18:00	Källängen
07 Denise	Måndag	18:00-19:00	Skärsätra
2006	Måndag	19:00-20:00	Källängen
2006	Söndag	16:00-17:00	Källängen
2005	Tisdag	19:00-20:00	Källängen