



KAMRAT- NYTT

från Centralstyrelsen

Sommarlov, nu igen!

Neej, det är faktiskt jättelänge sedan, och verkligen på tiden, säger nog de flesta av oss! Två skolterminer har hunnits med sedan senaste sommarlovet, och en väldig massa träning och tävling för alla IFK-are runt om i landet. Många har säkert ett sommarläger att se fram emot, några klubbar kanske kör på under sommaren, men de flesta tar nog ett välbehövligt uppehåll. Det välbehövlige är förstås omväxlingen. I själva omväxlingen ligger helt naturligt en slags vila, och jag tror främst att det är den sortens vila vi kan behöva. Chans att prova andra aktiviteter, upptäcka nya muskelgrupper, inse att det är en intressant skillnad mellan exempelvis sim-kondition och löpar-kondition och så vidare. Alla ni som har möjligheten att prova på andra idrotter under sommaren, gör det!

Självska jag lära mig fotboll. Helt seriöst! En före detta simmerska som passerat ungdomen för väldigt längesedan, ska på fullaste allvar försöka begripa fotboll och detta ska ske framför tv:n. Det är absolut ingen mening med att sparka på en boll för min del, jag har minsta möjliga bollsinne och ingen skulle heller vilja spela med mig. Nej, det blir fotbolls-VM, och efter det ska jag berätta för er skillnaden mellan offside och cross-checking, eller vad det nu kan heta. Redan nu vet jag med säkerhet att man i alla fall inte får fånga bollen med en backhand.

Därmed önskar jag er alla en härlig och rolig sommar och så kommer vi tillbaka i höst med nya erfarenheter och en ännu bättre fysik!

Maria Himmelstrand, redaktör

ATT-GÖRA-LISTA

under sommaren:

Fundera på om just DIN förening borde nomineras till ÅRETS IFK-förening! Javisst! Det är inte omöjligt. Läs kriterierna på Centralstyrelsens hemsida eller kontakta någon av oss för mer information. Det är bara roligt om fler föreningar visar vad de har gjort under året och kanske på något särskilt sätt utmärkt sig. Till 2017 års IFK-förening utsåg vi IFK Munkfors. Det är engagerande för medlemmarna och sporrande för hela klubben att ta chansen till denna utomordentligt fina utmärkelse, som förutom äran består av IFK-fanan, diplom och 10.000 kr. Jobba på nu under året med sikte på en ansökan, som ska vara inlämnad sista januari 2019. Kör hårt!

Kolla att Din förening verkligen har betalat avgiften till CS och inlämnat rapport, för förra året. Detta är viktigt för att vi ska kunna hålla ihop hela vår stora IFK-familj över hela landet.

Utmärkelser, utmärkelser och utmärkelser! Så uppskattade och så sporrande. Beställ från CS!

Ja, fotbolls-VM är nu igång...

... och som Christer Abrahamsson skulle ha uttryckt det:

-Jag hälsar press, radio, TV och framförallt massmedia välkomna!

Stora mästerskap ÄR verkligen något inspirerande och medryckande, även om man långt ifrån är eller har varit aktiv själv inom just den sporten. Det är väl något i idrottsnerven som ändå gör att man vill hänga med.

Just världsmästerskapen i fotboll, arrangerades för första gången 1930 i Uruguay. Vart fjärde år har man sedan gjort upp om titlarna, men det blev ett avbrott 1942 och 1946, andra världskriget stod i vägen. Vid första turneringen deltog 13 lag men sedan 1998 finns det 32 platser. Brasilien är det land som hittills har deltagit i samtliga mästerskap.

NU kommer här en intressant IFK-fråga, som redaktionen inte har ett helt säkert svar på:

Vilken IFK-förening var den allra första med en fotbollssektion?

Kan det vara IFK Falköping, Göteborg, Malmö, Norrköping eller? ...

Hör av er till Kamrat-Nytt om ert årtal!

"EN HÄLSNING FRÅN"

IFK Vattring, krets nr. 275, grundad 1975

Vattring är en by 2 mil norr om Hudiksvall i Hälsingland och har cirka 120 invånare.

Föreningen berättar för oss att de från början haft dans som verksamhetsgren, men nu är det styrketräning som gäller. Kända idrottsutövare har funnits i byn, bland andra Eero Mäntyranta, som erövrade en olympisk guldmedalj i skidor. Han växte upp i byn som krigsbarn. Även Arne Jägmo, som verkade som ordförande i Skidförbundet, växte upp i denna lilla by. Nuförtiden finns det ganska få barn i byn och det är det som är problematiskt om man tänker på tillväxten inom föreningen.

Medlemsantalet uppgår till 64 personer, och sett till hela byn, så är det ju en väldig hög procent. Vi hejar på er, en liten klubb i en liten by, som kämpar på i de blåvita färgerna, inte bara för klubbens, utan även för ortens överlevnad. HEJA VATTRÅNG!

KAMRAT-NYTTS KUNSKAPSSKOLA

Fifa är det internationella fotbollsförbundet och det bildades 1904. Fifa är förkortningen för det franska "Fédération Internationale de Football Association". Fifa organiserar de viktigaste internationella tävlingarna, varav VM för herrar är den främsta.

Och varför inte en "Christer Abrahamsson" till:

**-Då sa jag till domaren,
på ren svenska: Go home!**

Simkunnighet, vad innebär det?

Vissa färdigheter kan vara direkt livsavgörande, och dit kan räknas att springa jättefort, att kunna försvara sig själv, men så här sommartid, kan jag inte nog lyfta fram simkunnigheten. I Sverige ligger vi bra till statistiskt, men du som vuxen kan inte slappna av vid det. Se till att ditt barn får lära sig på riktigt. Se till att du själv upprätthåller din simkunnighet, och uppträd med vett på badplatserna och på sjön. Du som är ungdom, du tar också ditt ansvar genom att vilja träna simning, ta märken, det är jätteroligt. Fråga din badvakt hur man gör just där du bor och titta på hemsidan svensksimidrott.se så får du massor av inspiration.

I årskurs 6 ska skolan enligt skolverket kontrollera idrottslig förmåga och vad gäller simning, ska eleven klara 200 meter varav 50 i ryggläge. I en uppvärmd bassäng där man kan få lite, lite vila i varje vändning, samt förmodat har en uppmuntrande hejaklack längs bassängkanten, är förhållandena avsevärt lättare än om man ramlar i ute på sjön.



Enligt den nordiska simkunnighetsdefinitionen, anses man simkunnig om man kan falla i vattnet, få huvudet under och efter att återigen ha tagit sig upp till ytan, kunna simma 200 meter på djupt vatten, varav 50 ryggsim. Har du någon familjemedlem eller kompis som faktiskt inte skulle greja ett simkunnighetsprov, hjälp till, uppmuntra och lär ut det du kan. Det är inget att vänta på.

Simborgarmärket är ett klassiskt märke som kommer i olika färger varje år, varför inte göra en familjeaktivitet kring det? Klarar mamma simborgarmärket? Eller storebrorsan? Kolla upp det, för det är ju dem vi är rädda om.

Vattenvana och vett, att kunna hantera en nödsituation, att kunna rädda sina kompisar, ja det bör vara självskrivna färdigheter.

Var klok, när du badar, och våga även säga till din kompis som kanske inte vet.

Här är några bra vetskaper att alltid ha i bakhuvudet:

Bada aldrig ensam.

Hoppa eller dyk inte på okänt vatten.

Knuffa aldrig i eller håll fast någon.

Simma inte under bryggor och hoppställningar. Den som hoppar, titta först att ingen är under dig .

Spring inte på bassängkanten. GÅ . Det är halt. Mörka stenar betyder också halt.

Ropa aldrig HJÄLP på skoj.

Håll koll på varandra.



OCH TILL SIST TILL ALLA SOM HAR ANSVAR FÖR NÅGON ANNAN, TYP EN FÖRÄLDER SOM ANSVARAR FÖR SITT BARN: STOPPA NED MOBILTELEFONEN OCH SLÄPP INTE BARNET MED BLICKEN. OLYCKAN KOMMER PÅ EN SEKUND.

Vatten är inte att leka med,

det måste vi alla ta på allvar, om vi ska kunna leka i vattnet.



Ungdomsstipendiat 2017

En av våra två ungdomsstipendiater är Omar Chabaan från IFK Helsingborg. En lovande friidrottskille med sprintsträckorna som sina grenar.

Det var både roligt och högtidligt att få dela ut priset till Omar, och härligt att också se alla klubbkamrater i träningstagen.

Så här löd motiveringen:



”IFK CS beslutade vid sitt styrelsemöte den 22/II-17 att tilldela Omar Chabaan ett stipendium på 10 000 kr för hans prestationer i löpning kortdistans. Omar har levererat en rad fina resultat under det gångna året, som exempelvis brons- och silvermedaljer under ungdoms-SM, deltagande i ungdoms-finnkampen, samt strålande säsongsbästa tider på 100 resp 200 meter. Detta stipendium ska främja en framgångsrik och lovande ungdom, vilket vi ser i Omar. Stipendiet skall användas till fortsatt träning och tävling, till utrustning och till träningsläger. Det är vår tro och förhoppning att Omar även fortsättningsvis ska bidra till att hålla IFK-fanan högt och friidrotts-Sverige framstående.”

Hälsningar till IFK Helsingborg och återigen:

LYCKA TILL, Omar!



I nästa Kamrat-Nytt ska vi få höra om vår andra duktiga stipendiat, Moa Ögren från IFK Umeå som tränar och tävlar i tyngdlyftning.

INLINE HOCKEY... vad är nu detta?

Vi har sedan några år tillbaka vår första IFK-förening som tränar inline hockey. Några klubbar finns redan i Värmland och Haninge bland annat, men IFK Falköping är först inom IFK-familjen. Klubben är helt nyfödd, har bara funnits sedan i våras, men har redan över 50 medlemmar. Yngste medlemmen är 6 år och den äldste 58. De flesta är yngre tonåringar. Förenklat kan man säga att det är hockey på rullskridskor. Man håller till i kommunens ishall, Odenrinken, som ju sommartid är stängd, men betongplattan i rinkens är ett bra underlag. Träning blir det tre gånger i veckan fram till slutet av augusti då hallen fryser till is igen.

Jämfört med vanlig ishockey är inline mer en spontanidrott. På träningen blir det inte det klassiska med olika tränarstyrda övningar utan man kör mer matchspel. Reglerna är inte riktigt desamma heller: man får inte tacklas och och offside och icing används inte. På denna nivå är det spelglädjen som styr, man blandar åldrar, killar och tjejer. Alla får vara med.

Ja, det är ju faktiskt IFK-andan mitt i prick!! Vi önskar IFK Falköping Inline Hockey Club all lycka i framtiden och helt säkert kommer många fler medlemmar sladdandes till nästa säsong.



EN RIKTIGT HÄRLIG SOMMAR

önskas alla IFK-are av Centralstyrelsen!

VI SES OCH HÖRS I HÖST IGEN!

Ta gärna kontakt med oss i Centralstyrelsen:

Eva Blomberg ordförande, /rapportering/utmärkelser, eva.blomberg@ifkcs.org

Anna Lundén sekreterare, anna.lunden@ifkcs.org

Veikko Melakari ledamot, /Kamratmästerskapen i bowling, veikko.melakari@ifkcs.org

Maria Himmelstrand ledamot/Kamrat-Nytt, maria.himmelstrand@ifkcs.org