



12 april 2019

- Utomhustider efter påsklovet
- Funktionär 2019
- 19 maj Tävlingar på Vallen
- Papricaloppet 2019
- Klubbkampen 2019
- Utbildningar
- Viktiga datum i närtid
- Vårens löpskopa med TPR – vuxenträningen är igång

Utomhustider efter påsk

Idag fredag har den stora flytten av utrustning gått från gymnastikhallar till Vallen inför att alla grupper börjar sin träning efter påsk, [se nyhet på hemsidan idag](#).

Vi har liksom förra säsongen ett [schema med områdesindelning](#), du hittar den på [hemsidan](#) och den sitter även uppe i måltornet och på läktaren.

Funktionär 2019

Ibland får kansliet frågor som handlar om att vara funktionär.

[Här hittar du svaren](#) på några av de vanligaste frågorna. Kika på dessa så ni vet vad ni ska svara era föräldrar när de frågar er, eller om du själv har funderingar.

Har du ytterligare frågor, funderingar eller förbättringsförslag kontakta [Josefin](#) på kansliet

Här hittar du arrangemangskalendern för 2019

[Arrangemang/Funktionärskalendern hittar du på hemsidan](#).

19 maj tävlingar på Vallen

Söndag den 19 maj är det massor av Friidrott på Lidingövallen. På förmiddagen är det Dingo Daycamp för våra allra yngsta medlemmar 7-8 åringarna, mer information kommer inom kort.

[Därefter tar KM vid](#) för 9åringar ända upp till våra duktiga veteraner. Anmälan till [KM är öppen](#).

Papricaloppet 2019 i Larsberg

Anmälan till årets Papricalopp den 25 maj är nu öppen, Ni som har aktiva i åldrar 7-12 år, har ni med detta lopp i er planering och kalender?

Tips, bra tillfälle att samla hela gruppen för en gemensamt fika direkt efter loppet. Anmälan öppnar inom kort!

Klubbkampen 2019 – för aktiva 10-15 år

2 juni drar första deltävlingen i Klubbkampen igång, peppa er aktiva både löpare och "icke" löpare att vara med och samla poäng till klubben. [Här hittar du info om och anmälan till klubbkampen](#) 2019!

Utbildningar och övningsbanken

Förutom de utbildningar ni har tillgång till internt, via 08 fri och SISU har ni alltid tillgång till vår egen hemsida där vi har [övningsbank](#) och [utvecklingstrappan](#) som är ett suveränt stöd till er tränare i planeringen av era pass. Ett tips, vill ni vara med i en annan grupps träning så tveka inte att fråga, du kan få mycket inspiration och bra övningar att ta med till din egen grupps pass.

Svårt att få tiden att gå ihop? Vi tipsar om att besöka en annan av våra träningsgrupper. Ni ser allas tider på rep grupps flik på hemsidan!

I närtid erbjuds följande utbildningar:

28 april Distriktsdomarutbildning - Enskede IP [Anmälan](#)

8 maj Spjut och Slägga i Enskede IP i samarbetet med SISU – Särskilt för tränare i 07 och 06 grupperna. [Anmälan](#)

9 maj Ledarforum i Sollentuna [Anmälan](#)

Länk till 08 fris [utbildningar för 2019/2020](#), kika om det är något som du kan delta på.

Informera kansliet om ni väljer att anmäla er till någon utbildning!

Notera dessa viktiga datum VT 2019

4 maj MTB – Lidingö

15 maj Veckans Gren - Lidingövallen

19 maj Dingo Daycamp - Lidingövallen

19 maj KM Ute – Lidingövallen

22 maj Stockholmkampen match 2 – Hässelby

25 maj Papricaloppet – Larsberg

24-26 maj Stafett SM – Stockholm Stadion

29 maj Veckans Gren Höjd- Lidingövallen

30 maj Bauhaus galan – Stockholm Stadion

2 juni Minimaran (en del av klubbkampen) – Östermalms IP

7-9 juni SAYO (en del av klubbkampen) - Sollentuna

11-12 juni Blodomloppet – Djurgården

13 juni STHLM 10 K-(en del av klubbkampen) - Kungsholmen

TPR Vuxenträning löpskola



Alla ledare i klubben har fri tillgång till alla TPR pass. Tisdagar under april och maj har vi löpskola för er som vill ha hjälp att komma igång. [Häng med och prova](#)

Gör din anmälan och välj vilka pass du vill få kallelse till på [länken här](#), och sprid gärna den informationen till era föräldrar i grupperna

Vi vill passa på att uppmana er att **följa oss på Facebook** och även besöka vår hemsida för att inte missa allt som händer i klubben! Uppmana gärna era aktiva och föräldrar att också göra det

Varmt tack till er alla för den tid ni lägger ner i vår verksamhet!