



Ledarnytt



15 mars 2018

- Årsmötet
- Klubbdag 27 mars
- Träningstider ute
- KM terräng
- Terräng satsning
- Funktionärsutbildning 11 april
- Funktionär 2018
- Kalendarium 2018 för olika åldrar
- Skriv på hemsidan om era aktiviteter
- Handbok för barn och ungdomsträning
- TPR – vår fina vuxenträning gratis för er ledare
- Utbildningar
- Funktionärsuppdrag 2018
- Viktiga datum i närtid

Årsmötet



Ni har fortfarande chans att anmäla er till årsmötet den 21 mars är det årsmöte på Scandic Foresta. Mötet börjar 19:00. [Läs om årsmötet här.](#) Vi kommer att dela ut priser för goda insatser och prestationer under 2017 samt berätta om Vallen projektet. Varmt välkomna!

Klubbdag 27 mars

KLUBB2018DAG

Boka in 27 mars och sprid till era aktiva och föräldrar!!

Vi har klubbdag eller klubbkväll ☺ från 16:00 på Intersport Lidingö den kvällen, vårt klubbssortiment kommer finnas framme för utprovning och vissa delar av sortimentet kan du handla och få med dig hem på direkten. [Läs inbjudna på hemsidan](#)

Träningen ute efter påsk

Vi bjuder in barn från kön till grupperna inför uteträningen.

VI BER ER SVARA KANSLIET OMGÅENDE HUR MÅNGA BARN VARJE GRUPP KAN TA IN, SENAST MÅNDAG 19 MARS

Denna utesäsong tränar vi på Lidingövallen precis som tidigare, de tider vi har är följande:

Måndag	15.00-19.00
Tisdag	15.00-19.00
Onsdag	17.00-21.00
Torsdag	15.00-19.00

Fredag	17.00-18.30
Lördag	09.00-12:30
Söndag	12:00-19,00

Precis som förra året behöver några av er byta klockslag för er träning under utomhusträningen
Skicka in ert önskemål på träningstid så sammanställer vi det och skickar ut det slutgiltiga schemat när det är klart, OBS detta gäller alla grupper från BUK till Seniorer!

Träningen på Vallen startar efter påsklovet dvs v 15 då har vi inte längre några tider i gymnastikhallarna och utrustning flyttas från hallarna till vallen

På hemsidan publicerar vi löpande **undantagsdatum för våra träningsytor**, dvs då vi inte har tillgång till våra veckovisa bokningstider på grund av arrangemang eller matcher i andra idrotter. Du hittar den texten på [Träna/Här tränar vi](#). Ha för vana att kika in där när ni planerar er termins träningar.

KM terräng 18 april

Vi påminner om vårt första utomhusarrangemang som är snart efter vi börjat utomhusträning!
 Du hittar [all info om KM terräng här](#) och du [anmäler du dig och/eller dina aktiva att delta på KM terräng här](#).

Peppar era föräldrar att anmäla sig som funktionärer, vi har platser kvar! [Anmäl till funktionärsuppdraget till KM Terräng här!](#)

Terrängsatsningen

Har ni missat klubbens terrängsatsning? Läs in er på vad det innebär på hemsidan och vilka lopp som ingår [alla info hittar du här](#)

Kalendarium 2018 för olika åldrar

I den separata bilagan 1 "Kalendarium 2018 för olika åldrar" hittar ni datum och aktiviteter klubben tycker att ni bör prioritera och ha med i er grupps planering. **Kom ihåg att uppdatera era kalendrar med era aktiviteter**

Rapportera på hemsidan

På senaste Barn och Ungdomsledarmötet efterfrågades mer rapportering från verksamheten och alla aktiviteter, inte bara pallplatsartiklar. Vi passar nu på att be er hjälpa till med detta. Skriv gärna en artikel eller nyhet om något ni tycker är roligt att sprida, kanske har ni någon förälder i gruppen som gillar att fota och skriva? Ni kan skicka materialet till ifk@lidingofri.se så publicerar vi.

Handbok för barn och ungdomstävlingar

Se separat bilaga 2 från Friidrottsförbundet, det är riktlinjer kring hur förbundet rekommenderar att man arrangerar tävlingar för barn, vi vill gärna skapa medvetenhet kring detta bland er ledare då vi kommer att följa dessa framgent.

TPR Vuxenträning för alla nivåer!



Vi ger oss inte utan påminner er igen om att ni ledare i klubben får ett års träning med TPR utan extra kostnad! Passa på att vara med. Det är kul att träna ihop och det är verkligen riktigt bra träning vi erbjuder.

I anmälningslänken nedan anger du bara att du är ledare i klubben så lägger vi till dig i de pass du vill få kallelse till.

Gör din anmälan till TPR träning och välj vilka pass du vill få kallelse till på [länken här](#)

Vi ber er även att hjälpa oss 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

Utbildningar och övningsbanken

Förutom de utbildningar ni har tillgång till via 08 fri 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. Nedan de utbildningar som ligger i närtid och vi uppmanar er att gå på!

- **Friidrott i gymnastiksal 3.** 17 mars [Länk till inbjudan och anmälan](#)
- **Friidrott 12-14 år.** 17 mars [Länk till inbjudan och anmälan](#)
- **Funktionärsutbildning** 11 april [länk till anmälan](#). Sprid vidare till era föräldrar!
- **Löpträning steg 1.** 14 april [Länk till anmälan och inbjudan](#)
- **Löptränarutbildning, Klubbkampen** 28 april [Länk till anmälan och inbjudan](#)
- **BUK ledardagen 2 maj**
Mer info kommer men boka in datumet redan nu. Räkna med att det blir mycket info kring hur du är en bra tränare i tävlingssammanhang., Hur coachar jag barnet/ungdomen bäst, hur ställer man in startblock, hur lång ansats ska man ha, bra uppvärmning på tävling mm, mm. Det är Annica som håller i det hela så räkna med massa bra inspiration!
- **08-fris utbildningsplan**
[Se vilket program som gäller under våren här](#)

Våra funktionärsuppdrag 2018 – Gäller alla grupper och medlemmar!

Antalet funktionärsuppdrag är kopplat till hur gammal man är och är obligatoriskt för alla som är med i en träningsgrupp, det är inte kopplat till hur ofta du går på träningar och tävlingar. Från ungefär 14 års ålder har grupperna uppdrag som den aktiva kan klara av själv men vi välkomnar alltid föräldrar och syskon att vara med. I de yngre åldrarna är det föräldrarna som tar ansvar för funktionärsuppdragen. Alla medlemmar har Lidingöloppet som ett obligatoriskt uppdrag och sedan väljer man bland de som gruppen har eller tar något av de klubbgemensamma.

[Läs mer om att vara funktionär här.](#)

Våra yngsta medlemmar barn födda 2011 - 2008 har ett funktionärsuppdrag per år + Lidingöloppet, Barn födda 2007 - 2005 har två funktionärsuppdrag per år + Lidingöloppet

Våra ungdomar och juniorer födda 2004 - 2000 har tre funktionärsuppdrag per år + Lidingöloppet Senior- och elit har Luciaspelen + tre uppdrag. Veteranerna har två funktionärsuppdrag per år + Lidingöloppet

Att jobba som funktionär är ett kul sätt att få inblick i föreningen & lära känna ledare, ungdomar & andra föräldrar. Vi har många olika typer av funktionärsuppdrag så det finns något för alla. För din egen skull så rekommenderar vi att du väljer dina funktionärsuppdrag i god tid så hittar du det som passar bäst för dig!

[Alla våra funktionärsuppdrag hittar du i arrangemangskalendern.](#)

Närmast i tiden har vi följande funktionärsuppdrag.

Stockholmskampen 15 april + 3 matcher 2005+2006

KM- Terräng 18 april Klubbgemensamt uppdrag

Några viktiga datum Vt 18

- Årsmöte 21 mars
- Klubbkväll på Intersport 27 mars
- Funktionärsutbildning 11 april
- Stockholmskampen del 1 i Sollentunahallen 06-05or 15 april
- KM terräng 18 april
- BUK ledardag 2 maj
- Turebergstafetten 5 maj ANMÄLAN ÖPPEN, OBS TÄNK PÅ ATT SAMORDNA MED ÖVRIGA GRUPPER I GOD TID
- KM Vallen 20 maj
- Veckan gren - Hinder 23 maj
- Papricaloppet 26 maj
- Veckans gren - Sprint 30 maj
- Minimaran 3 juni
- Veckans Gren - Höjdhopp 20 juni
- Veckan Gren - Längdhopp 27 juni
- V 25, 26, 32 & 33 [Sommaridrottskolan](#)