



## 15 mars 2019

- Utbildningar i närtid
- Träningstider ute efter påsk
- KM Terräng
- Viktiga datum i närtid
- Sommaridrottsskolan och IFK dagarna
- TPR – vuxenträning

### Utbildningar i närtid

Lördag 16 mars i Källängen tränarutveckling barn 9-11 år [anmäl här](#)

HLR 30 mars i Källängen [anmäl här](#)

Håll utkik på [hemsidan efter fler utbildningar](#)

### Träningstider ute efter påsk

Liksom i höstas kommer vi att arbeta efter en områdesindelning på Vallen när vi börjar träna ute v 17.

I schemat och områdesindelningen är det några grupper som är markerade med rött, det är ni som har träningstider inne som vi inte har på vallen. Ni behöver kontakta kansliet för att få er träningstid bekräftad.

De tider vi har på vallen är följande, **vi ber att alla kikar på schemat** och hör av sig om det är några oklarheter.

Måndag	15-19
Tisdag	15-20
Onsdag	15-21
Torsdag	15-19
Fredag	17-18:30
Lördag	9-12:30
Söndag	10-19

[Här hittar du områdeskartan och schemat för ute tider efter påsk](#) på hemsidan

[Här hittar du schemat som en pdf](#)

### KM Terräng

Den 10 april är det åter dags för vårens första höjdpunkt.

I år arrangerar vi KM terräng med vår systerförening IFK Lidingö skid- och orienteringsklubb.

[Läs mer och anmäl dig här](#). Både till loppet och som funktionär.

## Kom ihåg dessa viktiga datum!

26 mars Årsmöte - Scandic Foresta

6 april Lidingöloppets huvudfunktionärsmöte och funktionärsfest - Södergarn

7 april Stockholmkampen match 1 – Sollentuna

10 april KM Terräng – Stockby

28 april Kläd dag på vallen med möjlighet att handla klubbkläder mellan ca 15-17

15 maj premiär på [Veckan gren](#)

Här hittar du alla årets [arrangemang på hemsidan](#)

## Sommaridrottsskolan och IFK dagarna

Ni som har aktiva födda 2012-2006 påminner vi om att peppa dem och deras kompisar att anmäla sig till årets sommaridrottsskola som är v 25, 25 och 33. Info och bokning här [via hemsidan](#)

**IFK dagarna** är för aktiva i klubben födda 2007-2005, ett riktigt bra uppstartsläger med våra fantastiska senior och elit aktiva som coachar barnen på dagarna.

## TPR Vuxenträning



Vi har flera nya ledare i klubben! Har ni förstått att vi har vuxen träning som ni har tillgång till utan kostnad?

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!**