



18 januari 2019

- Välkomna tillbaka efter jullovet!
- Kalendern och gruppfliken på hemsidan
- Löpträningar ute!
- Närvaron = ekonomiskt bidrag från kommunen och RF
- IUDM 12 -17 år
- Klubbkampen 2019
- Funktionär 2019
- Årsmötet
- Utbildningar
- Viktiga datum i närtid
- TPR – vuxenträning

Hej ledare!

Varmt välkomna tillbaka till tränings och tävlingsverksamheten efter eventuella julleddigheter, nedan lite info om viktiga frågor. Undrar ni något som inte är med här? Tveka inte att höra av er till kansliet!

Kalendern och gruppfliken på hemsidan

Vi påminner er att **ALLTID** vara noga med att hålla era kalendrar uppdaterade med alla er aktiviteter, träning, tävling, läger och allt annat ni gör. Första o sista passet för terminen osv. Tag bort aktiviteter i kalender om ni har uppehåll på lov osv så att kalendern verkligen stämmer.

ADMINSITRATÖRER det är er uppgift! Några är ännu inte uppdaterade för vårterminen så gå in o kika att det ser rätt ut.

Löpträningar ute?

Ni som löptränare utomhus har väl koll på att vi har reflexvästar att låna. Vi har ett gäng i ett skåp vid boxningsringen på Bosön med vårt klistermärke på. Koden till låset är 112. Låna gärna men lägg tillbaka när ni är klara

Närvaron = Bidrag från kommun och RF

Snart är det dags för kansliet att skicka in bidragsansökan för höstterminen 2018, har ni tillfällen kvar att **registrera ber vi er att göra dessa omgående**. Har ni aktiviteter rödmarkerade i Sport Admin och som ni inte hade ngn aktivitet på, tag gärna bort dem. De blir kopplade till kalendern så kom ihåg att ha bara rätt aktiviteter upplagda.

VI BER ER ATT ALLTID REGISTRERA NÄRVARON I SAMBAND MED ERA TRÄNINGAR så är det gjort, det gäller inte bara barngrupperna utan **alla aktiva 7-25 år**.

IUDM för 12-17 åringar

IUDM 12-17 år går som vanligt i Sättra hallen.

Vi hoppas på ett högt deltagarantal från IFK Lidingö Friidrott, påminn era aktiva Och [anmäl via TÄVLA](#) fliken på hemsidan, sista anmälningdagen är 11 februari.

Eftersom detta är ett samarrangemang så behöver vi även bidra med ett antal funktionärer. [Funktionärsanmälan gör du här.](#)

Årets övriga arrangemang och funktionärsuppdrag kommer att finnas publicerade på hemsidan inom kort

Klubbkampen 2019



Årets datum för klubbkampen är nu klara, likt tidigare år är det Stockholmsklubbarna Hammarby Friidrott, Hässelby SK, IFK Lidingö Friidrott, Spårvägens FK och Turebergs FK som gör upp om vilken klubb som tar hem 2019 års pokal.

Klubbkampen är en lagtävling i löpning för ungdomar 10–15 år som avgörs på tävlingarna; **Minimaran (10–13 år), SAYO (600/800/2000m), STHLM 10K (14-15 år), Lilla Midnattsloppet och Lilla Lidingöloppet.** Under dessa tävlingar görs det upp vem av klubbarna som har flest och snabbaste löpande ungdomar i sin verksamhet.

Nytt för i år är alltså att BUK åldrar springer Minimaran och ToJ åldrarna springer STHLM 5K

Tävlingar:	Plats:	Datum:	sista dag att anmälan:
• Minimaran (10–13 år)	Östermalm	3 juni	2 maj
• SAYO	Sollentuna	7–9 juni	24 maj
• STHLM 5K (14–15 år)	Kungsholmen	13 juni	28 maj
• Lilla Midnattsloppet	Södermalm	17 augusti	28 juli
• Lilla Lidingöloppet	Lidingö	29 september	15 sept.

För mer information, besök gärna Klubbkampens egen Facebook-sida!

Har din träningsgrupp meddelat kansliet **vem som är "Klubbkampsansvarig"** i din grupp än? Om inte gör det genast så får ni info om hur anmälan går till i år.

Funktionär 2019

Friidrottsåret är redan igång och det innebär både tävlingar och funktionärsuppdrag.

Precis som tidigare år så kommer alla medlemmar som är aktiva i en träningsgrupp att vara med som funktionärer. 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 utan är lika för alla.

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 för de yngre åldrarna så är det vanligast att det är föräldrarna som står för funktionärsinsatsen.

Alla förutom senior och elit aktiva har Lidingöloppet som ett obligatoriskt uppdrag och sedan väljer man bland de som gruppen har eller tar något av de klubbgemensamma. Antalet tävlingar i distriktet som vi gör ihop med andra klubbar ökar, de funktionärsuppdragen räknas som ett vanligt funktionärsuppdrag och bokas vanligtvis som övriga via hemsidan. Exempel på samarrangemang är Inomhus och utomhus DM och Stockholmskampen.

Arrangemangskalendern för 2019 kommer att läggas ut på hemsidan inom kort.

Årsmötet och årets prisutdelningar



Vi repeterar förra Ledarnytts information om årsmötet.

Föreningens årsmötesdatum är den **26 mars 2019**, notera det i din kalender.

Vi kommer som vanligt att dela ut priser i samband med årsmötet, vet du någon du tycker är värd att uppmärksamma så skicka din nominering till kansliet till ifk@lidingofri.se, de olika kategorierna som finns är:

Årets Ledare

Årets ToJ Tränare

Årets BUK Tränare

Årets Ungdomstränare

Årets Funktionär

Glöm inte din motivering till de olika pristagarna. **Sista dag att nominera är 15 februari!**

- Vill du komma i kontakt med valberedningen som nu arbetar för fullt inför 2019? Kontakta då valberedningens ordförande Mia Arnhult på mia.arnhult@m2gruppen.se
- Vill du komma till årsmötet är du självklart välkommen, [anmäl vi länken här!](#)

Utbildningar och övningsbanken

Förutom de utbildningar ni har tillgång till internt, via O8 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!

Interna utbildningar i närtid:

- 29/1 Grenfördjupning Diskus och Tresteg på Bosön, [länk till anmälan](#)

Externa utbildningar

Nytt år och nya utmaningar, har ni planerat i er grupp vilka utbildningar ni behöver gå?

Kika på länken på O8 fris [utbildningar för 2018/19](#) Informera kansliet om ni väljer att anmäla er till någon utbildning!

I närtid erbjuder O8 fri följande utbildningar i Sättra:

26 jan. Clinic i Stav. *Rekommenderar vi O7 och O6 tränare som har aktiva i Stockholmskampen i år.* [Anmälan](#)

3 febr. Friidrott 12-14 [Anmälan](#)

4 maj Friidrott 7-10 år [Anmälan](#)

Notera dessa viktiga datum VT 2019

29 januari Grenfördjupning Diskus och Tresteg

26 mars Årsmötet Scandic Foresta

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.

TPR Vuxenträning



Till sist påminner vi som vanligt om att vi har vår fina vuxenträning Lidingö - Track Power Run

Vill du vara med? Gör din anmälan och välj vilka pass du vill få kallelse till på [länken här](#)

SPRID INFO TILL ERA FÖRÄLDRAR I GRUPPERNA

Ni ledare får vara med kostnadsfritt som ett extra tack för att ni engagerar er i våra barns idrott!!

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