

SSK Barn- och ungdomsträning

Info till föräldrar –HT 2019!

”Lilla gruppen”

(från F-klass, yngre barn har närvarande föräldrar) tränar på torsdagar kl. 18.00–19.00.
Samling vid Svengården.

”Mellangruppen”

(från ca Åk 4) tränar på måndagar (prel. start 2/9, se facebook/hemsida för tid och plats) och torsdagar kl. 18.00–19.00 vid Svengården.

Vi kommer att träna utomhus större delen av hösten och fortsätter sedan i gymnastiksalen fram till snön kommer. På torsdagar delar vi upp gruppen och anpassar i möjligaste mån träningen utifrån antalet barn och ledare. ALLA kan vara med oavsett mål och förmåga!! Malin kommer att träda tillbaka och hjälper till vid behov och Adam tillkommer som ledare! Andreas håller huvudsakligen i träningen på måndagar.

Obs! Titta på Facebook och hemsidan för att få reda på den senaste informationen och eventuella uppdateringar eller ändringar!

Tävlingar och läger i höst

Nedan har vi samlat några kommande hållpunkter. Mer information kommer inför varje händelse. Om ditt barn vill springa ytterligare lopp, meddela någon av oss tränare så hjälper vi till med anmälan. Klubben står för anmälningsavgiften!

Onsdagen den 11 september, drar vi igång med serietävlingarna som arrangeras tillsammans med Bjursås IK. Första tillfället av fyra blir i Sågmyra. Det är ett roligt och kravlöst sätt att prova på att springa ett lopp med nummerlapp på hemmaplan och i Bjursås. Det passar för alla och man anmäler sig på plats! I år hoppas vi att vi får med oss fler barn till Bjursås och vi hjälper gärna till med samåkning ☺. Vi planerar att anordna ett barmarksläger i Sågmyra, men det är ännu inte klart om det blir på hösten eller våren. Nedan några övriga datum att lägga på minnet:

Augusti

29 **Duathlon** – (cykel och löpning) vid Svengården. Ett annorlunda träningspass!

September

7 Vildmarksloppet – Bjursås. Anmälan sker på plats. Vi åker gemensamt!

15 Träflaskloppet – Sundborn. Anmälan till Lisa senast 7 september.

Oktober

12-13 Alläger – Orsa Grönklitt för barn födda 2004-2009.



Medlemsavgift

Detta gäller nya medlemmar och er som inte redan har betalt medlemsavgiften för 2019! För att få träna i SSK måste man vara medlem. Det kostar 200 kr per aktiv medlem eller 300 kr för hela familjen och gäller alla SSK aktiviteter! **Bankgiro: 5457-1310 eller Swish: 123 677 7817**. Märk betalningen med namn, födelseår på aktiv medlem och adress om möjligt.

Klubben tar inte ut någon träningsavgift eller lägeravgift och står även för anmälningsavgiften till olika lopp, men det förutsätter också att vi alla ställer upp och hjälper till vid klubbens arrangemang (t.ex. Hackmora bergslopp, Craft Ski Marathon och Svenska Skidspelen). Vi behöver även hjälp att sälja ”Resturangchansen”!

Kontaktinformation

Om ni inte har gjort det tidigare ber vi er lämna mejladress och telefonnummer (en vårdnadshavare räcker) och samtidigt ange om ert/era barn får vara med på bild från träningar/tävlingar på ex. Facebook och hemsidan till: **lisaberiksson@gmail.com** eller vid något träningstillfälle.

Välkomna att träna med oss, hälsar ledarna!

Andreas Kempe, 073-759 53 83

Lisa Eriksson, 076-779 35 88

Gustav Sjöblom, 070-201 4011

Adam D'agostino, 073-072 75 09

Maja Unger

Mia Humes

Malin Humes

Hemsida: www.sagmyrask.com

Facebook: Sågmyra SK

