

Till dig som är ny i klubben

Välkommen att träna friidrott med Åhus friidrottsklubb

Här kommer lite information som kan vara bra att känna till

Träningsgrupper: Åhus friidrott bedriver träning i sju olika grupper; Gula gruppen för barn födda 1996-98, Röda gruppen barn födda 1995-96, Gröna gruppen barn födda 1992-94, Vita gruppen vänder sig till tonåringar födda 1989-91 och Lila gruppen till äldre ungdomar födda 1988 eller tidigare. Orange gruppen vänder sig till veteraner eller föräldrar som vill vara med och träna, slutligen har vi en löpgrupp, regnbågegruppen, som vänder sig till alla som vill specialisera sig på att springa långdistans.

Du tillhör gruppen

Ledare: Alla grupper leds av ett tränarteam som fått tränarutbildning inom eller utom föreningen.

Dina tränare heter:

.....

Telefonnummer:

.....

Du bör kontakta någon av dessa om du är förhindrad att komma till träningen!

Träningstider: Vi tränar friidrott året runt; under vinterhalvåret främst inomhus i gymnastiksalar och träningshallar och under sommarhalvåret på idrottsplatsen i Åhus.

Dina träningstider:

.....

Medlemsavgift: Fastställs vid varje årsmöte. För närvarande är den enligt följande: Födda 1994 och yngre betalar 150 kr, födda 1991-93 betalar 300 kr, äldre 400 kr, familjekortet kostar 600 kr och gäller då hela familjen, man kan även bli stödmedlem för 100 kr. Träningsavgiften ska vara betald i mars månad. Aktiva som kommer senare under året betalar efterhand – i slutet av året till reducerad avgift.

Ta med till träningen: Du måste ha bra tränings skor för inomhus- eller utomhusbruk beroende på var träningen sker. Det är viktigt att ha ätit innan träningen och till träningen ha med sig vatten och kanske någon frukt.

Tävlingar: Åhus Friidrottsklubb deltar i olika tävlingar och arrangerar även egna. När du vill tävla anmäler du det till dina ledare och klubben betalar anmälningsavgiften. Vid tävlingar representerar du Åhus friidrottsklubb och därför vill vi att du tävlar i klubbens färger. Tävlingslinne och overall finns att beställa, tala med din tränare.

Mer information: Allt du behöver veta eller undrar över kan du fråga dina tränare om. Det är också bra om du regelbundet tittar på vår hemsida, www.ahusfik.se, där informationen uppdateras regelbundet. Här kan du läsa om alla tränings-tider och grupper, läsa nyheter från tävlingar och andra arrangemang, titta på bilder, få information om våra regler inför tävlingar. Här finns resultat- och statistiksidor, länkar till andra föreningar och aktiva friidrottare och mycket mer. Inte minst har din egen grupp en egen informationssida som du bör göra till vana att titta på.

Ha det nu roligt i vår klubb!