



Välkomna till utomhussäsongen 2018

Information till föräldrar med barn/ungdomar i Högbo GIF.

Vi hälsar nya och gamla friidrottare välkomna till utomhussäsongen 2018. På det här bladet har vi sammanställt viktig information om vår verksamhet som ni som föräldrar skall känna till.

Vår förening bygger på ideellt arbete. Vi får vår ekonomi att gå runt med ideellt arbete, målinriktad sponsring och betalande medlemmar. Huvudprincipen är att **"många gör lite"**. Ditt bidrag är avgörande för verksamheten.

Avgifter:

Medlemsavgift Högbo GIF (gäller även skidor)

Kostnaden för att vara medlem i Högbo GIF är:

Ungdomar 75: -, Senior 150: -, Familj 300: -

Avgiften betalas in senast den **31/5 2018**

på **bankgiro 5407-9207**

Ange namn, adress och personnr (10 siffror) när ni betalar.

För att vara med i någon av klubbens aktiviteter måste man vara medlem.

Träningsavgift Högbo GIF Friidrott

För att finansiera vår verksamhet anordnar vi ett flertal olika tävlingar som är en viktig inkomstkälla till vår verksamhet. Vi tar även ut en träningsavgift av alla som är med och tränar. För att arrangera våra tävlingar krävs det att ni föräldrar hjälper till som funktionärer.

400:- per aktiv + att man vid två tillfällen ställer upp i funktionärsteamet per familj, varav de ena är på Stålisloppet (obligatoriskt).

Avgiften betalas in senast den **31/5 2018** på **bankgiro 5407-9207**.

Ange namn och personnr när ni betalar.

På nästa sida kommer mer information om vad som menas med funktionärsteam och även med annat som vi identifierat där vi behöver stöd och hjälp av er föräldrar som har barn/ungdomar i föreningen. Vi ledare klarar oss inte på egen hand.

Funktionärsteam Att vara funktionär innebär att man anmäler sig att hjälpa till på en tävling via en länk till webbsidan bokat.se som skickats ut från klubben inför varje tävling. Någon dag innan tävlingen får man veta vilka uppgifter man blivit tilldelat, tex mäta längdhopp, lägga höjdribban på plats, dela ut medaljer osv. dvs inga förkunskaper krävs utan man får information på plats på BJ arena någon timme före start.

Träningssteam Föräldrar/annan familjemedlem är med som hjälptränare vid något/några träningstillfällen under säsongen, t ex kratta sandgropen, mäta längdhopp, ta tid vid löpning (med mobilen), vara ordningsvakter om det behövs (om vi är färre ledare) eller hjälpa barnen hitta toaletten i omklädningsrummen.

Fyll i blanketten som du hittar på sista sidan och ge till någon av våra ledare.

Friidrotten

- Betonar allas lika värde och ger ungdomar en god självkänsla. Alla skall känna att de är välkomna och duger oavsett bakgrund, framgång och prestation.
- Ger alla en möjlighet att få träna på sin individuella nivå och bli accepterad för den satsning han eller hon vill göra.
- Syftar till att ge ungdomarna en varierad träning som innefattar styrka, koordination, spänst, kondition och grenspecifik träning.
- Tonar ner mätandet och tidtagandet i unga år.
- Ger mycket utrymme för ungdomarnas sociala behov. Att träna tillsammans stärker den sociala gemenskapen i gruppen.

Förväntningar

Dessa förväntningar har vi på dig

- Att du stöttar ditt barn vid både träning och tävling på ett positivt sätt
- Att du ställer upp minst 2 ggr per år på tävlingar som medlem i funktionärsteamet eller vid behov i övriga team
- Att du ställer frågan: Är det något som jag kan hjälpa till med?
- Att du regelbundet bevakar epost/besöker hemsidan för att ta del av aktuell information

Dessa förväntningar kan du ha på oss

- Högbo GIF friidrott bedriver ideell verksamhet med så låga medlemsavgifter som möjligt för att alla skall kunna idrotta
- Våra ledare ger ditt barn en allsidig fysisk träning samt inspirerar till att både äta och tänka sunt
- Vi lever upp till våra värderingar och ledarfilosofi
- Vi har roligt tillsammans och erbjuder en aktiv fritid som engagerar hela familjen

Träningar

Möjligheten att träna flera gånger/vecka erbjuds enligt information på hemsidan. Man kan enkelt exportera kalendern från hemsidan till sin mobiltelefon.

Frånvaro

- **Om ert barn inte har möjlighet att delta vid träning så meddela det till berörd ledare.** Kontaktuppgifter finner ni på hemsidan.
- **Om ert barn inte vill fortsätta med friidrott är vi tacksamma om ni meddelar oss ledare.** Vi har då möjlighet att ta in ytterligare någon som är intresserad av att träna friidrott.
- **Har ett barn/ungdom inte deltagit på någon träning under en månad, utan specifik anledning,** så kommer vi att sätta tillbaka detta barn/ungdom på ev. väntelistan. Istället får ett annat barn/ungdom i ev. kö den platsen.

Tävlingar

Information om de tävlingar som Högbo GIF rekommenderar finns på Högbo GIFs hemsida. Information kan även fås av tränarna. Anmäl er i god tid. Högbo GIF betalar startavgiften för de rekommenderade tävlingarna (antalet starter kan variera). Utebliven start utan godkänd anledning innebär att ni skall betala tillbaka startavgiften till Högbo GIF. Eventuell extra avgift i samband med efteranmälan betalas av den tävlande själv.

Håll er informerade via hemsidan: www.hgiffriidrott.org

De här arrangemangen ska vi tillsammans genomföra i år på BJ arena:

- Vårkilometern, 7 maj
- Gästrike cup: 17 maj, för alla födda 2003-2008
- Mångkamp: 5 augusti för aktiva födda 2004 – 2008
- Stålisloppet: 2 september (obligatoriskt funktionärs skap)
- Höstkilometern, 27 september

Ni kommer att få ett mail skickat till er från Bokat.se för Gästrike cupen och för Stålisloppet, där ni ska fylla i om ni kan vara med eller inte.

Jag/vi friidrottare under 2018

Namn: _____ Person nr: _____

Namn: _____ Person nr: _____

Namn: _____ Person nr: _____

Adress: _____ Postnr: _____

Postadress: _____ Telefon: _____

Förälder: _____ Mobil: _____

E-post adress: _____

Sätt ett kryss i området där du är mest intresserad av att hjälpa till.

Gör du inte valet själv så gör vi det åt dig:

___ Funktionärsteam (här behöver vi mest hjälp)

___ Träningssteam

___ Administrativteam

Kan tänka mig att vara med på hemsidan med namn och bild.

Jag betalar 400 kr senast den 31/5 2018 och deltar som funktionär under minst 2 av våra arrangemang

Förälder: _____
(Sidan lämnas in ifylld till ledaren i er grupp)