



Fellestreninger vintersesongen 2020-2021

For barn 10-12/13 år (født 2008-2011)

Steinkjer Friidrettsklubb inviterer barn i alderen 10-12/13 år (født 2008-2011) til fellestreninger. Når vi skriver 12/13 år, er det fordi vi jobber med å få på plass en egen treningsgruppe for 13-14 år (født 2007, 2008). For 13-åringer som ikke har drevet så mye med friidrett tidligere, vil det passe fint å være med i gruppen 10-12/13 år.

Tid: torsdager kl. 17-18, oppstart 22. oktober 2020

Oppmøte: friidrettshallen i Steinkjerhallen

Ta på treningsklær og joggesko. Ta gjerne med ei drikkeflaske.

Av hensyn til smittevern og korona ønsker vi forhåndspåmelding på e-post steinkjerfik@gmail.com. Ved påmelding trenger vi følgende opplysninger:

- Navn og fødselsdato på utøver
- Navn, mobilnummer og e-post til foresatte

Trenere:

Simen Holen, tel. 904 16 400, e-post simenholen1@gmail.com

Marthe Bøe Øvregård, tel. 413 87 363, e-post Martheboe2000@hotmail.com

Kontaktpersoner:

Jorunn Grande, sportslig leder, tel. 944 36 228, e-post jorunn.grande@nord.no

Liv Karin Olsen Flak, klubbleder, tel. 976 45 034, e-post liv.karin.o.flak@ntebb.no

Treningsavgift: 200 kr for vintersesongen 2020/2021. Vi sender betalingslenke på e-post til foresatte etter at treningene har kommet i gang.

Smittevern korona

Steinkjer Friidrettsklubb ønsker å opptre ansvarlig og følger myndighetenes anbefalinger for å bekjempe koronapandemien. Våre aktiviteter legges opp med utgangspunkt i Norges Friidrettsforbund sine retningslinjer for håndtering av covid-19, gjeldende fra 12.10.2020: <https://www.friidrett.no/nyheter/samleside-med-informasjon-knyttet-til-korona-viruset/>

- Barn og unge som er smittet av korona, sitter i karantene eller som har symptomer på luftveisinfeksjon, som for eksempel feber, sår hals, rennende nese, hoste eller nedsatt almenntilstand, skal ikke delta i noen form for aktivitet.
- Vaske hender før og etter trening.
- Hvis barna har med egen drikkeflaske må denne oppbevares på eget område (pose, sekk), og helst merkes med navn.

Nettsidene til Steinkjer Friidrettsklubb: <https://steinkjerfik.no/>

Klubbens offisielle Facebook-side: <https://www.facebook.com/steinkjerfik/?ref=bookmarks>



Andre Facebook-grupper:

Steinkjer Friidrettsklubb, facebook-gruppe for medlemmer i klubben:

<https://www.facebook.com/groups/340560499346499/>

Steinkjer friidrettsklubb B/U: Facebook-gruppe for 6-12 år: <https://www.facebook.com/SFIKBarnOgUngdom/>

Man må sende forespørsel for å ta del i gruppene.

Medlemskap i Steinkjer Friidrettsklubb

Alle som er med på organisert trening i regi klubben, og alle som ønsker å representere klubben på ulike stevner, stafetter og løp, må være medlem.

Medlemskontingenten er på **200 kr per kalenderår**. Medlemskapet følger kalenderåret fra 1. januar til 31. desember. For utøvere i treningsgruppen 10-12/13 år som fram til nå ikke har vært medlemmer i klubben, er det naturlig å betale medlemskontingent fom. 2021.

Vi viser til informasjon på nettsidene til klubben: <https://steinkjerfik.no/bli-medlem/?avdeling=hovedlaget>

Min idrett

Min idrett er ditt personlige utgangspunkt for å bruke idrettens medlemsdatabase.

Vi anbefaler alle våre medlemmer å opprette en profil på [Min idrett](#).



Fra fanen «**Medlemskap**» kan du søke om medlemskap i Steinkjer Friidrettsklubb.

Påmelding til løp, stevner, kurs og møter gjøres via fanen «Påmelding».



Min idrett app kan også lastes ned på Google play og App Store.

Teknisk hjelp? Ring 21029090 (NIF IT-support) eller send e-post til support@idrettsforbundet.no

Les mer om Min idrett her: [Info om Min idrett](#)

Klubben arrangerer to innendørsstevner i friidrettshallen sesongen 2020/2021:

- Adventstevne lørdag 5. desember 2020
 - Steinkjer Indoor lørdag 23. og søndag 24. januar 2021
- Stevneinvitasjoner vil bli lagt ut på klubbens nettsider. Vi bruker å ha øvelser for 8 år og eldre.