



FRIIDRETTSSKOLE SOMMEREN 2021

VELKOMMEN TIL GRATIS SOMMERTRENING FOR 8-14 ÅR

Steinkjer Friidrettsklubb inviterer til gratis friidrettsskole for barn og unge i alderen 8-14 år (f. 2007-2013) gjennom hele sommeren, fra uke 25 til og med uke 32.

Det vil bli ukentlige treninger to dager i uken, med fokus på lek sammen med tekniske øvelser på tirsdager og løp på torsdager. Oppstart er tirsdag 22. juni, oppmøte friidrettsstadion på Guldbergaunet.

- For aldersgruppen 8-12 år er det trening kl. 17-18 både tirsdager og torsdager
- Fra 13-14 år er det trening kl. 18-19 både tirsdager og torsdager

Påmelding skjer kontinuerlig gjennom sommeren via denne lenken:

<https://www.deltager.no/Landslagetsfriidrettsskole/participant/arrangement.aspx?id=344763#init>



Eller skann koden:

Ta kontakt med Simen Myrvang på tel. 984 80 456/e-post myrvangsimen@outlook.com eller Jenny Nyborg på tel. 473 80 923/e-post jenny.nyborg.96@gmail.com hvis det skulle være trøbbel med påmelding.

Gjennom påmeldingen vil vi ha oversikt over hvem som deltar, noe som er nødvendig av hensyn til korona og smittevern.

Vi takker våre støttespillere:



Trøndelag fylkeskommune
Trööndelagen fyllkentjielte



Felleskjøpet

GjensidigeStiftelsen



<https://steinkjerfik.no>, e-post: steinkjerfik@gmail.com

FRIIDRETTSSKOLE PÅ DAGTID I UKE 26

Steinkjer Friidrettsklubb inviterer til gratis friidrettsskole på dagtid i uke 26.

Onsdag, torsdag og fredag i uke 26 vil vi ha tre-dagers treningssamling der det blir introduksjon til de forskjellige øvelsene i friidrett. Vi starter kl. 12 og er ferdige 15, hvor vi legger inn pause med is og frukt.

- Onsdag 30. juni vil vi ha fokus på lek og løp
- Torsdag 1. juli vil ha fokus på tekniske øvelser (lengde, høyde, kast)
- Fredag 2. juli blir det en konkurransekarusell

Ta med matpakke og drikk til treningene. Vi server is og frukt.

Påmelding innen 29. juni via denne lenken:

<https://www.deltager.no/Landslagetsfriidrettsskole/participant/arrangement.aspx?id=344763#init>



Eller skann koden:

Ta kontakt med Simen Myrvang på tel. 984 80 456 eller Jenny Nyborg på tel. 473 80 923 hvis det skulle være trøbbel med påmelding.

Gjennom påmeldingen vil vi ha oversikt over hvem som deltar, noe som er nødvendig av hensyn til korona og smittevern.

KM FRIIDRETT 3. OG 4. JULI 2021 J/G 11 ÅR OG ELDRE

Steinkjer Friidrettsklubb arrangerer KM i friidrett på bane helgen 3. og 4. juli, for gutter og jenter 11 år og eldre.

Sted: friidrettsstadion på Guldbergaunet idrettspark

Digital påmelding via [MinIdrett](#) innen 30/6 2021.

På MinIdrett finner dere også øvelsene for de ulike aldersklassene.

Hvis du ikke får til å melde på digitalt, eller trenger hjelp med påmeldingen, kan du kontakte arrangementsansvarlig Eivind Elnan på tel. 930 64 634 eller e-post eelnan.74@gmail.com

Du trenger ikke å betale startkontingent i forbindelse med påmeldingen. Steinkjer Friidrettsklubb betaler startkontingent for alle som er medlemmer i klubben.

<https://steinkjerfik.no>, e-post: steinkjerfik@gmail.com