

Välkommen till Sommarfriidrottsskolan!

Varmt välkomna till IFK Umeås Sommarfriidrottsskola. Vi hoppas att ni ska få en fantastisk vecka. Här kommer information inför veckan:

Indelning i grupper

Vi utgår från ålder när vi gör indelning i grupper men viss flexibilitet finns, vissa aktiviteter sker också gemensamt. Varje grupp leds av 2–3 ledare.

Tider

Måndag-fredag: 09:00 -12:00 (paus för att äta medhavd frukt ca.10:30).

Första dagen

Måndagen inleds med upprop på läktaren, utdelning av t-shirt och presentation av tränarna. Det hålls även ett kort informationsmöte för föräldrar.

Varje dag

Aktiviteterna består av lek, träning av friidrottens alla olika grenar och sociala aktiviteter.

Demokratiprojektet

IFK Umeå driver ett treårigt Demokratiprojekt som går ut på att öka barn och ungas delaktighet och inflytande över sitt eget idrottande. Under sommarfriidrottsskolan kommer vi att prata om och öva på att vara delaktig i sin träning.

Avslutning

Veckan avslutas med en enklare tävling, vattenkrig och Piggelin.

Utrustning

Kläder för att vara utomhus, bra skor, regnkläder, solkräm, vattenflaska och frukt. Sista dagen får barnen ta med en vattenpistol om de vill till vattenkriget samt ev. ombyte.

T-shirt

Alla deltagare får en t-shirt i bomull första dagen.

Att tänka på:

Prata gärna med ditt barn inför Sommarfriidrottsskolan om hur man är en schysst kompis. Uppmuntra ditt barn att heja på andra barn, lyssna på ledarna och att vara snäll.

Närvaro

Inför varje dag kommer du att få ett mail med en kallelse där du kryssar i om ditt barn kommer eller ej. Vänligen svara på kallelsen i förväg.

Kontakta oss

Huvudledare på plats:

Lotti Kung, 0722333511.

Ansvarig friidrotten, kontakta vid avhopp och administrativa uppgifter:

Emma G Bornerberg, emma.bornerberg@ifkumea.com, 0706436010.

