



Månadsbrev Bohus IF april 2020

Ordförande har ordet...

Hej,

Äntligen lite vårsol, nu kan vi börja smyga igång med träning ute igen. Jag vill passa på att låna er uppmärksamhet någon minut för att kort informera kring några aktuella punkter.

Till att börja med har vi sedan ett par veckor en ny styrelse i föreningen med både nya och inte fullt så nya ansikten. Våra kontaktuppgifter hittar ni på [hemsidan](#) och ni är välkomna att kontakta oss kring vad som helst eller hugga tag i oss vid tillfälle.

Det finns väl ingen som undgått den rådande situationen gällande Covid-19 pandemin. Vi bevakar löpande hur läget utvecklas och följer de riktlinjer och rekommendationer som kommer från Folkhälsomyndigheten samt förbundet. Här finns ett delat ansvar, både på föreningen och på den enskilde att minska eller hindra smittspridning. På grund av utbrottet behöver även vår förening anpassa sig till dess att vi kan återgå till ett normalläge. Det innebär att de träningsläger som fanns planerade under våren kommer att strykas. De nya riktlinjerna gör gällande att tävlingar skall skjutas upp, vilket vi följer och avvaktar tillsvidare med alla tävlingar. Vi fortsätter med våra träningar, men försöker i så stor utsträckning som möjligt hålla hela eller i delar av träningarna utomhus. Om delar av träning sker inomhus gäller renlighet, tvätta händer före, rengör redskap och håll avstånd mellan deltagare. Ta hänsyn till varandra, har man symptom ska man undvika att komma på träning.

För er som inte uppmärksammat det så ställs årets Göteborgsvarv in. Det innebär att vår huvudsakliga inkomstkälla uteblir. Föreningen har dock en god ekonomi vilket innebär att vi i dagsläget inte behöver vidta några åtgärder.

Den nya styrelsen kommer genomföra lite förändringar i hur vi arbetar operativt i föreningen för att fördela uppgifter och effektivisera arbetet. Allt för att vi ska kunna vara mer långsiktiga och erbjuda både aktiva och våra tränare en utveckling över tid. Vi vill ju att friidrotten och bordtennisen ska utövas längre upp åldrarna! Känner du att du sitter på funderingar eller bra idéer, eller t.o.m. kanske vill vara med och tillsammans med andra driva en arbetsgrupp – säg till. Ju fler vi är som gör en liten del, desto längre kommer vi att nå. Dörren är alltid öppen, hör av dig.

Daniel Lindqvist
Ordförande Bohus IF

Bordtennis

Inget nytt denna månad



Friidrott

Träningsstider utomhus

Från och med denna vecka så bedrivs all träning (undantaget kast/skivstång tisdagar) utomhus. Om inte tränare för respektive träningsgrupp meddelat annat så gäller följande dagar och tider.

Tid	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Söndag
					Kast 14:00-15:30
17:00					
17:15					Allmän friidrott 2009 & äldre 17:00-18:30
17:30					
17:45	2012 17:45-19:15		2013 17:30-18:45	2010/2011 17:45-19:15	
18:00		Kast 17:30-19:00		Sprint & häck 18:00-20:00	
18:15					
18:30					
18:45			Höjd Längd & Tresteg 18:45-20:45		
19:00					
19:15					
19:30					
19:45					
20:00					
20:15					
20:30					

Eventuella justeringar av träningsstider meddelas av respektive tränare

Greppsträningar
för 2009 och äldre

Aktuella datum

Söndag 19/4 fixardag på Jennylund kl 10-15 (ett av funktionärsuppdragen). Klubben bjuder alla på korv och fika. Vi tänker även här på att hålla avstånd mellan alla deltagare.

Funktionärsanmälan 2020

Som tidigare nämnts så blir det i år inget Göteborgsvarv och därmed faller detta funktionärsuppdrag bort. Våra övriga arrangemang hoppas vi kunna genomföra och funktionärsuppdragen ligger där kvar som tidigare. Beroende på hur läget utvecklar sig kan även dessa uppdrag komma att ändras i tid eller utformning. Blir det några ändringar kommer vi att informera er så snart som möjligt.

Vi ber dem som ännu inte anmält sig som funktionär att göra det omgående (gäller inte tränare, ni kommer få separat information). Anmälan hittar ni [här](#).

Aktuella friidrottstävlingar

På grund av rådande läge, kommer vi inte ha några sanktionerade tävlingar under maj månad. Tävlingar senare under säsongen kommer att läggas upp så snart vi vet mer om vilka riktlinjer som kommer att gälla och hur läget utvecklar sig.



COVID-19 pandemin

Som nämnts tidigare så fortsätter våra träningar "som vanligt". Mycket viktigt är att tänka på att redskap som används skall rengöras noga och att aktiva skall hålla bra avstånd mellan varandra. Uppvisar man någon typ av symptom, så som förkylning eller liknande står man över träningen. Om vi får nya besked från Folkhälso-myndigheten eller Friidrottsförbundet kan det bli förändringar med kort varsel. Denna förändring meddelas då via email från Bohus IF Friidrott.



Götalandsmästerskapen inomhus

Tyvärr ställdes inomhus GM in pga COVID-19 pandemin. De som skulle tävlat; Albin Elmgren-Warberg, Elin Björn, Emma Wendel, Filip Jonsson, Hugo Holgersson, Linnea Johansson, Loke Nilsson, Moa Larsson, Rafael Dias, Sigrid Altus, Tilda Lindqvist och Victory Ezennaya får en ny chans under sensommaren på utomhus-GM.



Ungdoms SM inomhus

I början av mars genomfördes USM i Örebro. Bohus IF hade med sex friidrottare. Ludvig Holgersson var nog den som gjorde tävlingarna mest spännande, då han var på väg att riva ut sig på 176 men klarade i tredje försöket med mycket darr på ribban. Ludvig klarade sedan 182 och slutade på en 2:a plats. Axel Eenfeldt deltog i tresteg och slutade på en fin 5:e plats med 11,76 och i höjd slutade han på 8:e plats med 169. I längdhoppet hade Axel ett monsterhopp som troligen mätte över 6 meter men tyvärr övertramp och i övriga hopp fick inte Axel ut sin stora potential så det blev ingen final. Adam Rydén kom på 10:e plats i viktkastningen med 10,67.



Emma Hansson stötte fina 9.80 i kula, som inte räckte till final i det starka startfältet. Emma Krantz slutade på 5:e plats i viktkastning med 14,37 efter en spännande final där tredje platsen fanns inom räckhåll. Engla Nilsson nådde inte upp till sina rekordhöjder men slutade på en fin 6:e plats i höjd.

