



# nyFIK



April 2011

<p><b>FIK-Terrängen</b> genomfördes lördag 9 april på Kristineslätt. Önskvärt med något fler antal deltagare, men detta var också ett test och provarrangemang. Utfallet blev riktigt bra! Se resultatlistor på hemsidan <a href="http://www.fik.se">www.fik.se</a>. Ett <b>JÄTTESTORT</b> tack till alla funktionärer. Kommentar från en tävlande var: <i>"- Denna banan skulle kunna användas som SM-bana!"</i></p>	<p>Nu är den snart här! <b>Utomhussäsongen</b> börjar inom kort och då kommer det bli aktiviteter i dess rätt miljö!</p>	
<p><b>Årsmötet</b> genomfördes den 16 februari. Bl a godkändes en revidering av föreningens stadgar. Till ordförande valdes: Stefan Holman.</p>	<p><b>Tävlingssäsongen börjar 14 maj!</b> Barn 9-13 har Laholmskampen i Laholm. De äldre börja samma dag med B-Textcup i Villstad. – <b>LYCKA TILL!!!</b></p>	
<p>Den äldre träningsgruppen (15år +) reser den 18 april till Nerja i Spanien för ett veckolångt <b>träningsläger</b>. Blogginlägg kommer på <a href="http://www.fik.se">www.fik.se</a></p>	<p><b>4 maj</b> är det full aktivitet vid Scoutstugan på Vallarna. Då genomförs <b>Skansenloppet</b>. En upplevelse för alla! Barn i årskurs 3,4,5 springer och övriga är välkomna som publik och medhjälpare</p>	<p><b>21 maj</b> arrangerar FIK <b>Barnkampen</b>. Tävlning för barn födda 00-04. Grenarna är kula, höjd, längd, 60m och 600m. Deltagandet är gratis! Varje deltagare gör så många försök man vill i varje gren. Mer information kommer på <a href="http://www.fik.se">www.fik.se</a>. Förväntas stort FIK-deltagande!</p>
<p><b>Ungdomsmärket har tilldelats:</b> 16-17-årsmärket silver, Linnea Sieker -95 14-15-årsmärket silver, Elina Ramnewall -96 12-13-årsmärket brons, Madelen Bergman -99 11-årsmärket, Amanda Hansson -01</p>	<p><b>ABRON HUS</b> En byggare i bra form <a href="http://www.wäst-bygg.se">www.wäst-bygg.se</a></p>	<p>Pågår en planering inom HFIF att det under sommaren skall arrangeras <b>en tävling i veckan</b>. Arrangemanget skall gå runt mellan föreningarna och endast ett fåtal grenar per tillfälle. Mer information kommer och vi hoppas på stort FIK-deltagande.</p>
<p><b>Klubbrummet</b> är renoverat och <u>ALLA</u> hälsas välkomna att utnyttja lokalen. Tänk att dörren skall vara öppen och kaffet vara påslaget i samband med barnens träningar. (Anm: Skulle kaffet inte vara påslaget är det fritt fram för dig som är fikasugen att slå på en kanna.....)</p>	<p><b>Har ni betalat medlemsavgiften?</b> <b>Enskild Aktiv:</b> 500:-/helår (eller 400:- + 300:- vid halvårsbetalningar) <b>Familj:</b> 900:-/helår <b>Passiv:</b> 100:-/helår Medlemsavgiften 100:-, ingår i ovanstående avgifter. Övrig del är träningsavgift! <b>Plusgiro 28 90 18-4</b> <b><u>Vi vill undvika att stänga av någon från deltagande!</u></b></p>	<p><b>HFIF-årsmöte</b> genomfördes på Katrineberg, Vessigebro. Bl a fanns ett förslag om att Hallands Friidrottsförbund skulle avvecklas. Det förslaget drogs tillbaka och istället är det just nu ett stort engagemang och utvecklande samarbete mellan föreningarna i Halland. Till ny ordförande valdes Linda Gustafsson, Varberg. Bestämde också att inomhus DM 2012 kommer att genomföras i Borås, precis som i år. Är ett gemensamt problem i Halland att det saknas bra förutsättningar för friidrott inomhus.</p>
<p><b>Föräldra-Veterangrupp.</b> En plan/förhoppning/önskan är att det till sommaren skall initieras en träningsgrupp för föräldrar/veteraner som vill prova på friidrottens olika grenar/moment!</p>	<p>13-16 juni blir det <b>friidrottsskola</b>. Inbjudan och anmälan kommer via hemsidan. Vi vill gärna att nybörjare deltar så hjälps åt att göra reklam för friidrottsskolan till skolkamrater och kompisar.....</p>	<p><b>(FFF) → FIK-Förälder-Funktionär</b> I första hand behöver vi dig till kommande Skansenlopp den 4 maj. Eftersom det är barn i årskurs 3,4 och 5 som springer är det också många FIK-barn! Därför kan <b>DU</b> som förälder samtidigt stödja ditt barn och ta hand om ditt barn om olyckan skulle vara framme.....</p>
<p>25 föräldrar kom till <b>föräldraträffen</b> på hemvärnsgården. Diskussionerna var utvecklande och det gavs idéer och förslag och informationer till att utveckla FIK..... Alla närvarande fick en bok med sig hem: <b>Så blir du VÄRLDENS BÄSTA IDROTTSFÖRÄLDER"</b></p>	<p>Under hösten och vintern har den äldre träningsgruppen genomfört ett utbildningsprogram avseende <b>Mental träning</b>. Avslutningen gjordes med praktiska tester i testlabbet på Högskolan i Halmstad. Där testades förmågan att slappna av, fokusera och koncentrera sig. Upplevelsen gav många tankvärdheter... Bl a konstaterades hur ett enda uppfattat ord i ett samtal kan distrahera en fokusering.... <b>"Shopping"</b> tyx kunna distrahera den bästa.....</p>	<p><b>Köp/Sälj via <a href="http://www.fik.se">www.fik.se</a>.</b> Spikskor och friidrottsutrustning.....</p>
<p><b>Vi går för vatten...</b> Lördagen 28 maj är det en manifestation för rent vatten i Afrika. Tillsammans med andra föreningar kommer FIK att presentera sin verksamhet. Alla medlemmar med familjer hoppas vi manifesterar då det också ger ett bidrag till föreningen. Mer information kommer på hemsidan, <a href="http://www.fik.se">www.fik.se</a></p>	<p><b>Nu satsar vi mot sommaren och stort FIK representerande i sommartävlingar.....</b></p>	<p>dina Dina Försäkringar Falckensbergens Sparbank Joniglas SKÖNA HUS EKÄNGEN</p>