



IFK Märstas sommarfriidrottsskola 2019

Välkommen att delta på IFK Märstas friidrottsskola i sommar! Vi upprepar fjolårets succékoncept med två koncentrerade veckor i början av sommarlovet.

Du kommer att få prova på och lära dig friidrottens olika grenar med hjälp av våra äldre ungdomsledare. Löpning, hopp och kast tillsammans med roliga lekar står på programmet. Du som deltar kommer att märka hur dina resultat hela tiden förbättras.

Alla som deltar i friidrottsskolan kommer att få en T-shirt och ett diplom. Man tävlar bara mot sig själv. Du kan vara med en eller två veckor.

Plats: Midgårdsvallen, Märsta

Lägerdagar:

v. 25:	måndag 17 juni – torsdag 21 juni	kl. 9.00-14.00
v. 26:	måndag 24 juni – fredag 28 juni	kl. 9.00-14.00

Ålder: Barn som är födda år 2007-2013.

Klädsel: Kläder efter väder! Det kan regna och vara kallt. Tag även med extra kläder under varma dagar, då det ofta händer att det blir någon form av vattenlek i slutet av dagen.

Lunch: Tag med egen lunch. Vi äter tillsammans runt 12-tiden varje dag. En träningslunch kan t.ex. vara en smörgås och/eller frukt och dricka, eller en pastasallad.

Lägeravgift:

En vecka: 700 kr	(Syskonrabatt: 2 barn 1000 kr, 3 barn 1200 kr)
Två veckor: 1100 kr	(Syskonrabatt: 2 barn 1500 kr, 3 barn 1800 kr)

Avgifterna gäller vid anmälan senast den 31 maj. Därefter kan efteranmälan göras, men till 100 kr högre avgift per barn. Alla avgifter ska vara betalda innan friidrottsskolan startar, obetalda anmälningar stryks. *Ni betalar in på PG 64 22 66-1.*

Anmälan: Ange följande: Förnamn och efternamn, fullständigt personnummer (10 siffror), telefonnummer till kontaktperson, vilken/vilka veckor man vill vara med samt om man har någon allergi eller liknande som vi bör veta om. Personuppgifterna hanteras enligt gällande lagstiftning och används enbart av IFK Märsta för att administrera friidrottsskolan.

Anmälan till ungdomsledarna genom att maila till friidrottsskolan19@gmail.com

Välkomna!