



IFK Märstas sommarfriidrottsskola 2020

Välkommen att delta på IFK Märstas friidrottsskola i sommar! Vi kommer att genomföra "coronaanpassad" friidrottsskola. Vi kör två koncentrerade veckor i början av sommarlovet, och maximerar antalet personer på arenan till 50 st inklusive ledare.

Corona-anpassning: Vi följer rekommendationer och föreskrifter från Folkhälsomyndigheten och Svenska friidrottsförbundet. Det innebär bl.a. max 50 personer totalt på arenan under en dag, gruppstorlek på högst 10 personer, speciella rutiner för rengöring och hygien etc. Detaljer meddelas till anmälda innan start. Om läget skärps och vi tvingas ställa in återbetalas anmälningsavgiften.

Du kommer att få prova på och lära dig friidrottens olika grenar med hjälp av våra 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 får 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 15 juni – torsdag 18 juni	kl. 9.00-14.00
v. 26:	måndag 22 juni – fredag 26 juni	kl. 9.00-14.00

Ålder: Barn som är födda år 2008-2014.

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. Det finns inga gemensamma omklädningsrum tillgängliga under veckan.

Lunch: Tag med egen lunch. Vi äter i grupper 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 200 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, alt. Swish 123-575 03 36.*

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. Personuppgifter hanteras enligt gällande lagstiftning och används enbart av IFK Märsta för att administrera friidrottsskolan.

Anmäl på e-post till friidrottsskolan@ifkmarsta.se. Välkomna!