



INFOPAKET 2009/ESBO IF FRIIDROTT

Träningstider 12.1-28.4

*2001-2003 födda	måndagar	kl 17.30-18.15	Kannbrobacken
*1998-2000 födda	måndagar	kl 18.15-19.15	Kannbrobacken
	torsdagar	kl 19.00-20.00	Kannbrobacken (OBS! Max 15 idrottare!)
*1994-1997 födda	tisdagar	kl 18.30-20.00	Kannbrobacken
	torsdagar	kl 18.30-20.00	Lagstad (cirkelträning)
	lördagar	kl 13.30-15.00	Otnäs

Vissa grupper tränar enligt ett avvikande program; grupptränarna informerar separat om detta.

Alla som tränar i Esbo IF:s friidrottssektion betalar en träningsavgift som gäller 1.1-31.12 2009. Träningsavgifterna för år 2009 är följande:

*1998-2003 födda	135 €
*1994-1997 födda	240 €

Syskonrabatten är 10 €

OBS! Vissa grupper kan ha förhöjd träningsavgift; de berörda grupptränarna informerar separat om detta.

Utöver detta förutsätts föräldrarna under året ställa upp som funktionär vid ett evenemang som föreningen ordnar ELLER delta i övervakningen av Köklax sportplan en dag.

Träningsavgiften står för:

- *det obligatoriska friidrottspasset; innehåller **försäkring och tävlingsrätt** (träder i kraft ca två veckor efter att träningsavgiften är betald)
- *ledd träning
- *föreningsläger till nedsatt pris
- *Esbo IF Info (4 nr/år)
- *Puma t-skjorta (eller motsvarande)
- *rabatt på idrottsutrustning i Leppävaaran urheilun ja Intersport Sello

Avgiften betalas så fort som möjligt (OBS! Försäkringen!), men **senast per den 5.2. Kontonumret är 405529-216369**. I samband med betalningen bör idrottarens namn uppges. Betald avgift returneras inte om barnet slutar i verksamheten.

Bra att komma ihåg:

- *meddela om era kontaktuppgifter (främst e-post och telefon) ändras under året
- *följ med föreningens verksamhet på hemsidan www.esboif.fi

Viktiga händelser under vintern/våren:

- *24.1 distriktets F/P-mästerskap inomhus för F/P 9-15 Kvarnbäcken
-> anmälningar till dessa till Glenn per den 18.1
- *14.3 klubbmästerskap inomhus F/P 7-15 Otnäs-hallen
- *27.4 klubbmästerskap i terränglöpning F/P 7-15 Grankulla spånkana

Gällande övriga tävlingar under vintern - kolla www.kilpailukalenteri.fi!

Utomhusträningarna inleds tisdagen den 5.5 på Köklax idrottsplan; närmare info om sommaren senare.

Information: Glenn Lignell; tel 050-4359912, glenn.lignell@suomi24.fi

VI ÖNSKAR ALLA ETT GIVANDE OCH FRAMGÅNGSRIKT IDROTTSÅR!