

IK HELLAS ROSKILDE
NYHEDSBREV FOR MARTS 2009
ATLETIKUDVALGET

DMU indendørs 2009 - Skive



Set og sket i Atletikgruppen

I den travle vinterperiode.

Februar og marts måneder er traditionelt højsæsonen for indendørs perioden, hvilket igen i år er tilfældet. Flere meget store stævner har haft deltagelse af vores klub, med de Danske Mesterskaber indendørs i Skive ultimo februar, som periodens absolutte højdepunkt. Perioden er ikke kun i stævners tegn, da det også er i vinterperioden, at vi bygge grundformen op, til en lang og spændende udendørs sæson. Der bliver derfor også gået godt til den, til de forskellige træningsdage med meget stort fremmøde. Samtidig er der også i vinterperioden god mulighed for at lave forskellige sociale arrangementer som fx fastelavn samt at sende trænere, ledere og forældre på kurser og uddannelse. God fornøjelse med denne måneds nyhedsbrev.

Har du gode ideer eller input til nyhedsbrevet, så kontakt endelig Jesper på e-mail jesper.breum@sol.dk

DMU INDENDØRS I SKIVE



Det største Hellas hold i nyere tid, med hele 8 deltagere og 3 trænere/ledere drog i den sidste weekend i februar til Skive for vinterperiodens vigtigste stævne, nemlig De Danske Mesterskaber. Gennem flere år, har det kun været klubbens stangspringer der kunne gøre sig gældende og hente medaljer hjem. Men ikke i år, idet klubben fik hele 2 bronze medaljer med hjem. Christian hjemtog en meget flot 3 plads i 60m hæk for D15 år og sammen med Lukas, Emil og Zakarias hjemtog de en meget overraskende 3 plads i 4x200m stafet



Se nærmere rapportage her www.ikhellas.dk

FASTELAVN ER MIT NAVN

Igen i år havde Anke og Stefan arrangeret en sjov og hyggelig fastelavnsfest, med rigtig mange deltagere.

Stor tak for det flotte arbejde

FLOR KRONBORG GAMES FINALE



Den 3. og sidste runde af Kronborg Games blev afviklet med stor succes for Hellas. Med en samlede 6 plads i klubturneringen ud af 14 hold, en samlede 2 plads til Zakarias i gruppen D15 år, samt en 3 plads til Julie i P15 år og Karoline P17 år må man sige at Kronborg Games fik et flot aftryk af Hellas. Samtidig var turneringen også en fin mulighed til at få lidt stævne erfaring for de yngste atleter og en god generalprøve for de store til DM weekenden efter

Se resultater her http://ikhellas.dk/?page_id=198

HELLAS KLUBMESTERSKAB INDENDØRS 22.03 2009



Igen i år, kan vi i samarbejde med Ballerup atletik afholde et indendørs klubmesterskab, hvor både voksne og børn/unge kan deltage. Det kommer til at foregå den 22.marts kl 11.00. Så skynd dig at tilmelde dig til Stefan.

Se indbydelse og information her http://ikhellas.dk/?page_id=229

NY HJEMMESIDE - WWW.IKHELLAS.DK



De fleste har sikkert bemærket at klubbens hjemmeside har skiftet udseende. Vi håber det nye design er med til at sikre et bedre overblik og flere nyttige informationer. Kontakt endelig atletikudvalget eller en fra bestyrelsen hvis du har gode ideer eller ændringsønsker til den nye hjemmeside

HUSK ÅRETS GENERALFORSAMLING 24.03 KL 19.00

Sæt kryds i kalenderen til årets generalforsamling og kom og gør din indfyldelse gældende. Det foregår i klubhuset med start kl.19.00. Alle der er fyldt 14 år og er medlem, kan deltage og stemme.

KOMMENDE STÆVNER

- 7/3 : DMU i manglekamp i Helsingør
- 22/3 : Hellas Klubmesterskab indendørs (Ballerup)

Se stævneoversigt her http://ikhellas.dk/?page_id=188

HUSK NU AT OVERHOLDE TILMELDINGSFRISTERNE.

TRÆNING I VINTERPERIODEN

- Tirsdag kl. 18.00 (over 10 år)
- Torsdag kl. 18.00 (over 10 år)
- Lørdag kl. 10.00 (under 10 år)