

# Nyhedsbrev

## April 2008

### til

# atletikafdelingen

**Kære atletik interesseret.**

Hermed Hellas atletiks april måneds nyhedsbrev, som vi håber du får nytte af.

### Træning Udendørs

Nu er tiden til at gå udendørs. Det betyder at træningsdage og tider bliver ændret i forhold til indendørstræningen

Udendørstræning forgår på følgende dage og tidspunkter

- Skumbananholdet (op til ca 10 år) : hver **onsdag kl. 17.30 til 18.45** (første gang den 16. april 2008)
- Atletikgruppen (ca 10 og ældre) hver **mandag og onsdag kl. 17.30 til 19.30** (første gang 14. april 2008)
- Der kan blive oprettet speciel træning andre dage, hvilket vil blive oplyst senere.

Indtil ovennævnte datoer, vil der stadig blive trænet indendørs på de normale tidspunkter/dage

### Standerhejsning og pokaluddeling for 2007- 12. April 2008

Markeringen for at vi går udendørs, den årlige standerhejsning, vil finde sted lørdag den 12. april 2008 kl. 10.00 ved klubhuset.

Her vil den store årlige pokal uddeling også finde sted

For mere information og tilmelding klik på linket til hjemmesiden

<http://www.hellasroskilde.dk/>

### Forældremøde onsdag den 16. April 2008 kl. 17.30-18.30

Onsdag den 16. april vil der blive afholdt forældre/medlemsmøde for hele atletikafdelingen i klubhuset, hvor de unge også bør deltage. (der vil efterfølgende være træning for de ældste)

Her vil der blive præsenteret de forskelle spændende aktiviteter, stævner, hytteture etc. der vil finde sted i løbet af 2008.

Her vil der også blive gennemgået træningsindhold og regler for deltagelse i stævner o.l.

Der vil være mulighed for at stille spørgsmål til de enkelte trænere og til atletikudvalget

Tilmelding til [jesper.breum@sol.dk](mailto:jesper.breum@sol.dk) senest mandag den 14. april (gerne før)

Link til hjemmeside <http://www.hellasroskilde.dk/wordpress/?p=527>

### Stævner

Husk at følge med ude på hjemmeside - specielt omkring sidste tilmelding.

#### **Klubmesterskabet indendørs den 13. april**

Deltag i vinterens sidste indendørs stævne, hvor alle får mulighed for at deltage, både ungdom og deres forældre. Løbeafdelingen er også indbudt.

For mere information og tilmelding klik på linket til hjemmesiden

<http://www.hellasroskilde.dk/wordpress/?p=492>

### Træningsdragter

Der er stadig mulighed for bestilling af klubtræningsdragter - send en mail til [jesper.breum@sol.dk](mailto:jesper.breum@sol.dk) med angivelse af navn, alder og størrelse(puma dragt)

Stor hilsen

Atletikudvalget v/Jesper Eriksen