

# Nyhedsbrev

## Maj 2008

### til

# atletikafdelingen

#### **Kære atletik interesseret.**

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

#### **Træning Udendørs:**

Så er udendørs træningen i fuld gang.

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 er oprettet speciel træning for spring og mangelkamp, for atleter i alderen ca. 12-19 år, hver **torsdag kl. 18-19.30** - træner er Jesper Eriksen (første gang den 08. Maj, efter aftale med træneren)
- Ekstra kastetræning kan aftale nærmere med kastetræner Stefan Hagen

#### **Hjælpere til Hellas stævner og arrangementer:**

Der er løbende behov for hjælp til de forskellige arrangementer klubben afholder.

Disse arrangementer er fuldstændig nødvendige for at give klubben de indtægter, som er med til at opretholde et højt aktivitetsniveau.

Vi vil derfor (igen) opfordre og bede alle forældre og atleter, at udvælge nogle af de forskellige aktiviteter der skal laves i løbet af 2008, Meddel gerne jeres muligheder til atletikudvalget eller skriv jer på de lister der løbende bliver hængt op i klubhuset eller på hjemmesiden

Næste store arrangementer er, De øst danske mesterskaber i mangelkamp den 24+25 maj 2008 samt Roskilde Parkstafet den 10. juni 2008. Så tilmeld jer meget gerne som hjælpere til disse arrangementer, er hænger opslag i klubhuset.

#### **Stævner:**

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

[http://www.hellasroskilde.dk/wordpress/?page\\_id=538](http://www.hellasroskilde.dk/wordpress/?page_id=538)

Husk også, at de voksne kan deltage på klubbens 2. Divisions hold - kontakt Stefan Hagen for nærmere information. Link på hjemmesiden

<http://www.hellasroskilde.dk/wordpress/?p=565>

#### **Sociale aktiviteter:**

Husk at sætte kryds i kalender til klubben egen årlige hyttetur for alle medlemmer født i 1998 eller tidligere.

Hytteturen går i år til Sverige fredag den 08.08 2008 til søndag den 10.08.2008

Link til hjemmeside for flere informationer:

[http://www.hellasroskilde.dk/wordpress/?page\\_id=568](http://www.hellasroskilde.dk/wordpress/?page_id=568)

Der er også mulighed for at komme på DAF træningslejr i uge 27 (30/6-04/7) for aldersgruppen 12-15 år

Link til hjemmeside for flere informationer:

[http://www.hellasroskilde.dk/wordpress/?page\\_id=562](http://www.hellasroskilde.dk/wordpress/?page_id=562)

Stor hilsen

Atletikudvalget v/Jesper Eriksen