

Nyhedsbrev

November 2007

til

atletikafdelingen

Kære atletik interesseret.

Hermed November måneds nyhedsbrev, som vi håber du får nytte af.

Træning indendørs

Så er træningen startet rigtig op indendørs for alle holdene. Der er her fra starten mødt rigtig mange atleter op. Trænerne Carsten B. der har ansvaret for de mindste samt Nicholas L. og Jesper E. der har ansvaret for de største, har udarbejdet en træningsplan for indendørs sæsonen, med en masse sjove, spændende og hårde øvelser og aktiviteter, så den kommende tid skal nok blive sjov

Nyt tilbud

Det i sidste nyhedsbrev nævnte spinning hold starter op første gang tirsdag den 06. November kl 18.15 til 19.15 hos LifeClub i Hyrdehøj. Der er dig stadig ledige pladser, så hvis du har lyst så kontakt Christina Bjørnvad på e-mail bjornvad@msn.com snarest mulig. Det koster kun 200 kr. for 4 gange

Stævner og andre aktiviteter

Stævner

Alle unge over 10 år har igen i år mulighed for at deltage i vinterens Vinterturnering link til hjemmesiden med flere informationer <http://www.hellasroskilde.dk/wordpress/?p=414>

Det første indendørs stævne vil blive i Ballerup den 19. december, og nærmere informationer vil komme på hjemmesiden

Julefesten 2007 den 08. december kl.08.45 i klubhuset

Så er invitationen kommet til årets store julefest, med underholdning, aktiviteter, præmier og meget mere

Se invitationen her <http://www.hellasroskilde.dk/wordpress/?p=404>

Julesokker i Hyrdehøj

Til November/december vil der igen i år blive brug for hjælpere til et julearrangement med hyrdehøjcenteret, hvor vi skal stå for ind- og udlevering af julesokker. En sjov tradition som giver klubben en pæn økonomisk indtjening.

Der er behov for hjælp følgende dage/tidspunkter - de store børn kan også deltage

- Lørdag den 24.11 kl. 10-14 - 2 personer
- Fredag den 21.12 kl. 14-17 - 3 personer
- Fredag den 21.12 kl. 17-20 - 1 person

Send derfor hurtigt en e-mail til jesper.breum@sol.dk eller meddel til næste træning, hvis du kan hjælpe.

Julelotteri

Også i år skal vi sælge julelotterisedler som giver klubben en pæn indtjening, lodderne bliver udleveret til træning af Jesper eller Carsten. Igen i år kan man vinde meget store præmier bl.a. kr. 50.000 til shopping

Træningsdragter

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

Stor hilsen
atletikudvalget
v/Jesper Eriksen