Dals Södra FFI



Friidrottsklubben i Vänersborgs kommun

**Utomhussäsongen 2018**



**Vi är nu aktiva på Facebook** <https://www.facebook.com/dalssodraffi/>



**Vill du veta mer gå in på vår hemsida**

###### [www.laget.se/dalssodraffi](http://www.laget.se/dalssodraffi)

##### Barn- och Ungdomsgrupper

**Grupp 1, måndag och onsdag kl. 18.00 – 19:30** (född 2007 el tidigare)

Start ute 2 maj t o m september. Ev uppehåll några sommarveckor

Kontaktperson: Göran Hallsten, Niklas Löfgren

**Grupp 2, måndag kl.18.00 - 19.30** (född 2008 - 2009)

Start ute 7 maj t o m september, uppehåll i juli v. 28-31.

Kontaktperson: Anette Johansson

**Grupp 3, måndag kl. 18.00 - 19.30** (född 2010 - 2011)

Start ute 7 maj t o m september, uppehåll i juli v. 28-31.

Kontaktperson: Anette Johansson

**Grupp 4, måndag kl. 18.00 - 19.30** (född 2012 el senare)

Start ute 7 maj t o m september, uppehåll i juli v. 28-31.

Kontaktperson: Anette Johansson

**Kondislopp före och efter träning, vinn pokal**

1 mil=27 varv, 2 mil=54 varv, 3 mil=81 varv, 4 mil=108 varv, 5 mil=135 varv, 6 mil=162 varv

6-9 år 1 mil = brons, 2 mil = silver, 3 mil = guld

10-12 år 3 mil = brons, 4 mil = silver, 5 mil = guld

13 år och uppåt 4 mil = brons, 5 mil = silver, 6 mil = guld

Tränare:

Petra Gren 0706-65 43 10 petra.gren@ftvbg.se

Anette Johansson 0704-41 11 63 anette.jo@outlook.com

Björn Lindh 0733-26 08 71 familjenlindh84@gmail.com

Niklas Löfgren 0703-26 89 18 ekgatan@hotmail.com

Erica Johansson 0739-61 48 28 ica.erica@hotmail.se

Göran Hallsten 0702-000 941 goran\_hallsten@hotmail.com

Annika Wallöf 0707-97 05 22 nickan\_at@hotmail.com

Anna Jarnedahl 0704-21 89 31 annajarnedal@icloud.com

Karl Sjöberg 0707-14 98 25 hultet1@hotmail.com

Tommy Sörgren 0738-01 12 62 tommy@erco.se

Fredrik Behrendtz 0709-91 18 34 fredrik.dsffi@gmail.com

Issi Ivarsson 0702-87 07 67 issiivarsson@hotmail.com

Vi tränar bl. a. längdhopp, höjdhopp, sprint, samt kastgrenar på Frendevi idrottsplats bredvid Dalboskolan i Frändefors. Prova på gratis 3 gånger.

Medlemsavgift: 300 kr/år, hela familjen endast 600 kr/år.

Har du inte möjlighet att komma och träna någon gång?

 Kontakta din tränare via sms, mejl eller ring.

##### Frendevispelen

**Söndag 3 juni kl 10.00 på Frendevi IP, Frändefors**

En tävling för dig mellan 7-14 år och som tränar friidrott.

Följande grenar finns att välja mellan:

Längdhopp, höjdhopp, 60 m allt 80 m, boll/spjut och kula samt
en öppen klass (alla åldrar) för kula, slägga och diskus.

Klass Födelseår Grenar

P/F 7 (2011-2012) 60m, längd, höjd, boll, kula

P/F 9 (2009-2010) 60m, längd, höjd, boll, kula

P/F 11 (2007-2008) 60m, längd, höjd, boll, kula

P/F 13 (2005-2006) 60m, längd, höjd, spjut, kula

P/F 14 (2004) 80m, längd, höjd, spjut, kula

Öppen klass Slägga, diskus och eventuellt kula

Medlemmar gratis, annars 50 kr/gren, efteranmälan, 80 kr/gren

****

**Anmälan senast 28 maj**

E-post: dalssodra@gmail.com

Vill du veta mer gå in på vår hemsida:

<http://www.laget.se/dalssodraffi>

Vi behöver mycket funktionärshjälp från föräldrar och andra.

##### Klubbmästerskap utomhus

**I september på Frendevi (datum ej fastställt)**

##### Kommer att genomföras som en dag där vi träffas och har kul tillsammans. Föräldrarna hjälper till som funktionärer i de olika grenarna. Vi kommer också att ordna med grillmöjligheter.

**Anmälan till din tränare.**

##### Friidrottsläger

**lördag – söndag, 25-26 augusti på Rörviksgården, Brålanda**

Det är ett läger för dig som är med och tränar friidrott.
Vi kommer att träna friidrott, leka och ha roligt tillsammans.

Lägerkostnad: 300 kr

**Anmälan senast den 21 augusti**

E-post: dalssodra@gmail.com

##### 50-årsjubileum

**Dals Södra FFI fyller 50 år, jubileum 13 oktober (save the date)**

1968 bildades Dals Södra FFI och det tänker vi fira med en jubileumsfest. Med mat och tillbakablickar.

##### Styrelsen

Ordförande: Göran Hallsten 0702-00 09 41, 0521-25 80 85

Sekreterare: Anna-Karin Larsson 0736 54 58 38

Kassör: Maria Bratt 0706-30 36 69

Ledamot: Inger Hallsten 0703-30 88 21, 0521-25 80 85

Ledamot: Anette Johansson 0704-41 11 63, 0521-147 15

Ledamot: Andreas Gustafsson 0761-73 18 83

Ledamot: Niklas Löfgren 0703-26 89 18

Suppleant: Amanda Gustafsson

Suppleant: Fredrik Lundgren 0739-24 56 56