**Verksamhetsberättelse för Hagunda IF, friidrott 2012**

Ännu ett år läggs till handlingarna. Ett år utan de hårt satsande och flitigt tävlande äldre ungdomarna, men med glädjande många nya yngre entusiaster som garanterar friidrottens fortlevande inom klubben.

**Medlemmar:**

Vi har haft ca 30 aktiva fördelat på två träningsgrupper som tränats av tränarteam med totalt 7 tränare.

# Gruppen 03-01

Gruppen har haft ca 14 aktiva under året. Några slutade och andra började vid halvårsskiftet. Vi har tränat 1,5 tim/vecka under både innesäsongen och utesäsongen. Vi har varit ett tränarteam med 3 tränare som delat på ansvaret. Träningen har innehållit mycket lek men även introduktion till friidrottsgrenar, löpskolning samt kondition och styrka. Några aktiva har provat på att tävla under året. De har varit i Gävle, Örbyhus, Eskilstuna och Uppsala. Många av de aktiva var med i vår egna arrangerade tävling UNT-cupen med stor framgång.

# Gruppen 00-96

Gruppen har haft ca 17 aktiva under året. Några slutade och andra började vid halvårsskiftet. Vi har tränat 1,5 tim/vecka under både innesäsongen och utesäsongen.

Träningen har bland annat innehållt motorikträning, löpskolning, teknikträning och kondition och styrketräning. Några aktiva har varit ute och tävlat under året. Några som inte var för gamla var med i vår egna arrangerade tävling UNT-cupen.

# Övriga aktiviteter

* Under våren så deltog tre av tränarna i en tränarkurs i Matildahallen i Norrtälje vilket var mycket givande och gav många nya tips.
* I vår egen terrängserie på vår och höst har vi haft ett stort deltagande även i år. Många av de aktiva har deltagit men även många andra från Vänge. Allt från så små som födda 09 till lite äldre 61:or.
* Två klubbmästerskap har vi haft, ett utomhus innan sommaren och ett inomhus innan jul. Det har varit många bra resultat men framförallt roligt. Främst för de yngre som inte varit ute och tävlat förut så har uppskattningen varit stor för en för dem lagom allvarlig tävling.
* Tyvärr lyckades vi inte få tillräckligt många intresserade barn till friidrottsskolan detta år, mycket beroende på att den enda veckan Elina Palmquist kunde ställa upp var vecka 30 mitt under semesterperioden.
* Vid startade höstterminen en söndag i augusti med en ”kick-off” där vi pratade om gemenskap, sammanhållning, teknikträning mm samt hade gemensamma lekar och sammarbetsövningar.
* UNT-cupen på Studenternas IP i Uppsala som åter arrangerades av Friidrottssektionen blev som vanligt en riktigt lyckad tävling med stort antal deltagare och massor av fina resultat.
* I oktober hade vi en välbesökt prova-på-kurs på 4 tillfällen för barn födda 04 och 05. Bland barnen som deltog lyckades vi värva tre nya tränare så att en grupp för dessa yngre barn kunde startas till vårterminen 2013.

Vänge 2013-02-12

Hagunda IF/Friidrott