**Hej** **alla föräldrar och ungdomar i Röd grupp**  
Varmt välkomna till en ny MTB-säsong på Hallby!

**Träning**

Tisdagen den 26:e mars 18:00 är vårens första träning, vi samlas vid björkdungen utmed Hallbyleden. Vi kommer att ha ett varierat träningsupplägg där vi har fokus på att ha roligt och samtidigt utvecklas tekniskt och uthållighetsmässigt på cykel. Träningarna börjar 18.00 och håller på till ca 19:30. Vi kommer att träna tisdagar och torsdagar.

**Medlemskap**

Du som deltar i vår verksamhet ska lösa medlemskap i IF Hallby SOK, detta behöver göras innan första träning och görs på formulär på [www.hallbysok.se](http://www.hallbysok.se) om du inte redan har fått ett utskick.

**Säkerhet och utrustning**

När vi tränar och tävlar ska vi bära regelmässig hjälm. På hjälmen måste alla ha ett telefonnummer till en anhörig som vi kan nå om olyckan skulle vara framme.

Vi rekommenderar även man använder handskar och sportglasögon. Till första träningen måste ni titta över cykel, smörja kedja, kollar över bromsar, däck mm. Detta behöver även göras kontinuerligt under hela säsongen.

**Förväntan på dig som förälder**

Vi är en ideell förening där vi tillsammans skapar en meningsfull fritid för våra ungdomar. För att lyckas med detta förväntar vi oss av er föräldrar att vi hjälps åt på olika sätt. Det kan innebära engagemang på tävlingar, utveckla arenan, städdagar eller något helt annat.

**Tävling**

Att tävla är roligt och något som vi vill uppmuntra till men absolut inget krav från oss.

Vi kommer att informera om tävlingar i god tid innan. Som medlem i IF Hallby SOK är tävlingsavgiften och licensavgiften gratis (Om ni behöver lägga ut pengar skickas kvitton till kassören). Prata gärna med oss tränare så hjälper vi er.

**Kommunikation**

Laget.se kommer vi att använda för all kommunikation. Vi vill att du som förälder tackar ja eller nej till veckans träning, så att vi ledare vet vilka ungdomar som kommer och kan planera träningen efter antal aktiva.

**Varmt välkomna till en ny säsong!**

**Ledarna i röd grupp!**

För frågor kontakta Carl Oskarsson [carl.oskarsson@outlook.com](mailto:carl.oskarsson@outlook.com) 0768264446, Josefin Lindberg [josefinlindberg1414@gmail.com](mailto:josefinlindberg1414@gmail.com) eller 0708309977