

UC Norrland och Riksfriidrottsgymnasiet i Umeå bjuder in till

Uppföljningsträff

för Norrländska 14-16-åringar



Olle Bång, Umedalens IF, vann USM 17 i höjdhopp både inomhus och utomhus under 2019. Han representerade även Sverige på Ungdomsfinnkampen på Stockholms stadion under året. Olle går andra året på Riksfriidrottsgymnasiet i Umeå.

Plats: Umeå

Datum: 8 – 10 november 2019

UC Norrland och Riksfriidrottsgymnasiet i Umeå inbjuder aktiva födda 2003-05 och äldre samt deras tränare till ett läger i Umeå den 8-10/11 2019. Även ungdomar födda 2006 är välkomna

Syftet med denna uppföljningsträff är att de ungdomar som tillhör Norrlandseliten i de här åldrarna ska träffas, träna och utvecklas tillsammans.

OBServera att träningspassen är anpassade för åldersgruppen födda 03-05. Även äldre aktiva, samt de som är ett år yngre, är välkomna att delta i lägret, men de bör tänka på ovanstående!

Träffen är öppen för alla intresserade friidrottsungdomar! Vi ser gärna att **tränaren** till den aktive följer med och går den Fördjupningskurs för ungdomstränare som ordnas parallellt med lägret!

Instruktörer är FIG Umeås tränare Anneli Johansson, sprint/häck, Jan Bäck, hopp och Hans Källén, kast. Samt Per Liljeholm, Umedalens IF, medel/lång. Vi tar även hjälp av några aktiva i Umeås friidrottsmiljö.

Deltagaravgiften för denna träff är 1050 kr. I detta pris ingår logi på STF vandrarhem (ta med sängkläder), mat och aktiviteter enligt program. Svenska Friidrottsförbundet har tyvärr tagit bort möjligheten för ungdomarna att få tillbaka pengar genom idrottslyftet. UC Norrland kommer att bidra ekonomiskt, men inte så mycket som idrottslyftet. Detta är inbakat i avgiften. Vi kommer därför även att kapa kostnaderna lite och har sänkt avgiften 350 kr jämfört med förra året. Det vi har plockat bort är kvällsaktiviteten och kvällsfikat på lördagskvällen.

Anmälan senast onsdagen 30 oktober. Från hösten 2017 vill Svenska Friidrottsförbundet att alla aktiviteter ska läggas upp på Idrott Online i förväg. Webanmälan där underlättar UC Norrlands administration.

https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1290128?fbclid=IwAR13oKFDn9Pv_7ajTBnQk0ObpObrM-QgZf6CiV7x2IGLHYXOneAMiopBwPU

Krånglar det mejlar du Niklas Lindskog på niklas.lindskog@umea.se, skicka även ett mail till Niklas om vilken grengrupp du vill vara med i under helgen! Kom ihåg att ange om du har önskemål om specialkost!

Betalning sker till Friidrottsgymnasiets Skol-IF:s plusgiro 137 25 91-6 i senast den 30 oktober.

Frågor: Niklas Lindskog per mail eller tel. 070-676 24 70.

Välkommen till din anmälan!

Idrottshälsningar,

Riksfriidrottsgymnasiet i Umeå & UC Norrland

Program Friidrottsläger 8 – 10 november 2019

Fredag 8/11	19:00 – 19:30	Upprop i friidrottshallen. Dragonens idrotts- och mässcentrum. Genomgång av helgens program
	19:40 – 21:00	Gemensam träning.
	Cirka 21:00	Kvällsfika plus inkvartering på vandrarhemmet. Glöm inte sängkläder!
Lördag 9/11	07:00 – 08:30	Frukostbuffé på vandrarhemmet.
	09:00 – 11:00	Träning i grengrupperna.
	11:30 – 12:30	Lunch
	12:30 – 13:30	Information om FIG Umeås verksamhet
	14:00 – 16:00	Träning i grengrupperna.
	17:00 – 18:00	Middag
Söndag 10/11	07:00 – 08:30	Frukostbuffé på vandrarhemmet.
	09:00 – 12:00	Träning i grengrupperna.
	12:00	Lunch + Avslutning med utvärdering