



Nyhetsbrev nr. 4-2021 - Oslo og Akershus

I dette nyhetsbrevet vil vi dele informasjon om kurs, utdanning, sportslig aktiviteter, samlinger, diverse møter og etc. Alt som er relevant for friidretten i Oslo og Akershus.

Første Lerøy-samling blir utsatt

På grunn av situasjonen vi befinner oss i må vi dessverre utsette Kick off-samlingen fra 18.april til søndag 2.mai. Påmeldingen har vært veldig god, og i skrivende stund er det 55 påmeldte til den første samlingen. Rett over påske vil vi komme med en kjøreplan for Kick off-samlingen, samt mer informasjon om sommer-samlingene og øvrige samlinger. Informasjon om Lerøy-samlingene og Lerøy-lekene finner dere [her](#). Kretsen har nylig engasjert 4 nye Lerøy-ledere. Mer informasjon om dette kommer i egen sak i løpet av påsken!

Meld din interesse for Lerøy-lekene

Oslo og Akershus friidrettskretser har som mål om å stille med fulle deltaker-kvoter og fullt belegg i alle øvelser til årets Lerøy-leker på Rjukan. De siste par årene har det blitt stadig mer utfordrende å fylle disse kvotene, og da spesielt i Oslo. Kretsene har derfor åpnet for at du kan melde din interesse via et regneark på nett. Her kan du huke av for de øvelsene du ønsker å delta på. Dette håper vi vil bidra til å sende et fullt lag til årets leker. Du kan melde din interesse [her](#).

Kretsting for begge kretser

Både Oslo Friidrettskrets og Akershus Friidrettskrets skal avholdes hvert sitt kretsting i 2021. Oslo FIK avholder sitt ting 14.april og Akershus FIK på datoen 21.april. Begge tingene blir gjennomført via Microsoft Teams. Innkalling skal være sendt til alle klubbene. Saksdokumentene vil bli sendt ut senest 1 uke før tinget starter.

Skole-prosjektet vokser

I de to forrige nyhetsbrevene informerte vi om kretsens nye satsningsområdet; Friidrett i skolen. Vi har fått en del henvendelser om tiltaket, og det er nå inngått samarbeid med 3 klubber om trening på 3 forskjellige skoler. Disse klubbene er Lambertseter Friidrett (Lambertseter skole), Tyrving IL (Snarøya skole) og Tøyen Sportsklubb (Tøyen skole). På Tøyen skole er prosjektet allerede godt i gang med sine ukentlige treninger, men på Snarøya og Lambertseter vil det bli oppstart etter påske. Ta kontakt med oss for mer informasjon om prosjektet. Det er gratis for både klubb og skole. Kretsen betaler for instruktører og utstyr. Ta kontakt på stian.andersen@friidrett.no.

Vårstevner

Flere klubber med planlagte friidrettsarrangement i april/mai/juni har tatt kontakt med kretsen vedrørende gjennomføring av sitt stevne og eventuelle muligheter for utsettelse. Dessverre så går vi i møte en ny friidretts-vår med kraftige restriksjoner. Flere har allerede avlyst, senest Holmenkollstafetten, og flere avlysninger vil komme. Ingen vet helt sikkert når ting vil åpne igjen, men når det skjer så vil det mest sannsynlig være store begrensninger på antall deltakere. Signalene vi har fått tyder på en lignende modell som i 2020; hvor vi gikk fra 50 deltakere til 200 deltakere. Vi må nok belage oss på restriksjoner gjennom store deler av sommeren også.

Kretsen vil komme med en oppfordring til klubbene: I stedet for å avlyse arrangementet deres så ønsker vi at dere ser på mulighetene for å lage en tilpasset utgave for aldersgruppen 6-14 år. Denne aldersgruppen hadde veldig få konkurransemuligheter i 2020, og det er i vår største interesse at denne gruppen blir prioritert fremover.

Oppdatert terminliste blir publisert på kretsens hjemmeside innen 6.april.

Tyrving IL søker engasjerte trenere

Tyrving IL opplever stor etterspørsel på sitt aktivitetstilbud, og ser derfor etter trenere som kan bidra til klubbens utvikling. Les mer [her](#).

Rent idrettslag

Er et program fra Antidoping Norge som skal få styret, trenere og ledere til å diskutere utfordringer og dopingrisiko i eget lag, og til syvende og sist bli enige om en handlingsplan med konkrete tiltak. Å gjennomføre programmet er beregnet til å ta 1-2 timer. Etter endt program blir idrettslaget sertifisert som er Rent idrettslag. Veldig få klubber i Oslo og Akershus har gjennomført dette programmet, og vi oppfordrer at dere setter av tid til dette forebyggende kurset. Representanter fra Antidoping Norge stiller gjerne opp på klubbens styremøte for å snakke om programmet. Mer informasjon finner dere [her](#).

Kursplan 2021

Datoer og påmeldingslinker oppdateres fortløpende.

- **Friidrett for barn**
 - 09.mai i Nes Arena - ([Påmelding](#))
 - 30.mai i Nes Arena - ([Påmelding](#))
 - September - Bislett Stadion
 - Oktober - Bærum Idrettspark
- **Kretsdommer**
 - 20.april - Elektronisk- ([Påmelding](#))
 - November - Bærum Idrettspark
- **Forbundsdommer**
 - 6.april (Fullt)
- **Kretsstarter**
 - Oppstart 26.april i Asker - ([Påmelding](#))
- **Trener 1**
 - 20.-21.november (Bærum Idrettspark)