



Nyhetsbrev nr. 7-2021 - 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.

Lerøy-samlinger

Det nærmer seg årets Lerøy-leker for våre 13-14 åringer, og vi har planlagt 3 samlinger før avreise til Rjukan. Første samling er allerede 26.august på Romerike stadion, hvor vi har mange påmeldt, og deretter en precamp for hver krets på datoene 8.september (Oslo-laget) og 9.september (Akershus-laget). All informasjon finner dere i [denne saken](#).

Uttak Lerøy-leker

Første uttaket for begge [Oslo](#) og [Akershus](#) er tilgjengelig på kretsens hjemmeside. I disse dager er vi igang med 2.uttaket. Det er viktig at vi får en tilbakemelding på om utøveren kan stille eller ikke så fort som mulig. Begge kretsene har ambisjon om å stille med fulle kvoter, dvs 80 for Akershus og 60 for Oslo. Kretsen reiser samlet fra Oslo lørdag morgen 11.september.

Supersamling for 15-19 år

Hold av helgen 20.-21.november! Da blir det supersamling for utøvere i aldersgruppen 15-19 år. Samlingen finner sted i Bærum Idrettspark og det blir overnatting på Quality Hotel Expo på Fornebu. Vi har satt et tak på 120 utøvere, og kan love trenere fra øverste hylle, god mat og mye sosialt. Egen invitasjon kommer i september. Samtidig med samlingen vil det bli gjennomført et trener 1-kurs på samme sted.

Terminlisten - høsten

Oppdatert per 25.august. Kretsen har laget et [Google regneark](#) som er oppdateres jevnlig. Hovedsiden finner dere [her](#). Les denne [saken](#) for informasjon om arrangement og smittevern.

Kretsprosjekter - periode 01.09.21 til 01.04.22

Påmeldingen til kretsens treningsprosjekter for perioden 01.09.21 til 01.04.22 er godt igang. Flere av prosjektene har oppstart første uka i september. Du kan melde deg på via [dette skjemaet](#). Vi tilbyr ukentlige treninger i kule (Stian Andersen), diskos (Magnus Aunevik-Bernsten), slegge (OL-sølvinner Eivind Henriksen!), spyd (Åsmund Martinsen), høyde (Adrian Proteasa), lengde (Dan Simeon), tresteg (Dan Simeon), stav (Yoann Rouzières/Atle Guttormsen) og hekk (Petar Vukicevic).

Klubbsjekken

NFIF har utviklet et testverktøy slik at alle klubber kan kartlegge status i klubben sin. Ved regelmessig kartlegging kan alle klubber finne sine sterke og svake sider, og få tips til å utvikle seg videre. Vi anbefaler at alle klubbene setter av tid til å gjennomføre denne sjekken. Link til skjemaet finner [dere her](#).

#tilbaketilidretten

NIFs kampanje #tilbaketilidretten markerer gjenåpningen av idretten. På NIFs kampanjeside finnes blant annet råd og tiltak for idrettslag som vil bli en del av kampanjen, øke aktiviteten i sin klubb og jobbe for å få små og store tilbake til idretten. [Mer informasjon her](#)

Kursplan 2021

Datoer og påmeldingslinker oppdateres fortløpende.

- **Friidrett for barn**
 - 5.september - Sportsplassen, Oslo - ([Påmelding](#))
 - 3.oktober - Bærum, (påmeldingslenke kommer)
- **Kretsdommer**
 - September - Ås Stadion (påmeldingslenke kommer)
 - November - Oslo (påmeldingslenke kommer)
- **Trener 1**
 - 20.-21.november - Bærum (påmeldingslenke kommer)