

Invitasjon til kretssamlinger i Hordaland 2020.

På vegne av Hordaland Friidrettskrets inviteres det til kretssamlinger i følgende øvelser:

Lengde – Tresteg – Hekk – Høyde – Stav – Sprint – Kule – Diskos – Slegge – Spyd – Mellom- og langdistanse – Mangekamp og Skole.

Kretsen har i år oppnevnt et **Trenerforum** som har ansvar for **Kretssamlingene, instruksjon ved klubbesek og Trenerseminar arrangement**. Utvalget består av 1 leder og 7 fagansvarlige. Hensikten med Trenerforum er å skape gode fagmiljøer som skal utvikle kompetansen for både utøvere og alle klubbtrenerne.

Kretssamlingene skal være en sosial samlingsplass som skaper samhold og identitet, samt et sted hvor man kan få faglig veiledning som skal være med å skape utvikling. Vår intensjon er at klubbtrenerne blir med på samlingene. Dette skaper bindinger mellom utøver og trener, samt at trenerne får en møteplass for erfaringsutveksling. Samlingene skal ha teoretisk innhold og treningspraksis.

Vi ønsker å bygge lag og identitet. Alle kretssamlingsutøvere får kretsens profileringstøy og vi prøver å holde egenandelene så lav som mulig for at flest mulig kan bli med.

Jonathan Byrkjenes er prosjektleder og har ansvar for planlegging og gjennomføringen av samlingene, i tett samarbeid med fagansvarlige og trenere. (jonathan.byrkjenes@norna-salhus.no eller mobil +47 908 65 722)

Trenerforum (oppnevnt av HFIK):

- Leder: Jonathan V. Byrkjenes
- Sprint: Henning Hofstad
- Hopp: Gisle Ellingsen
- Hekk: Harald Heier
- Kast: Robert Ingvaldsen
- Mangekamp: Ingunn Jacobsen
- Mellom- og langdistanse: Asgeir Thomassen
- Skole: Helga Reigstad
- > Presentasjon av trenere kommer.

Det vil til sammen arrangeres 5 samlingsdager i løpet av året på følgende datoer:

- **02.-03.juli** **EKSTRA! Sommersamling og kickoff – Faglig opplegg og lett lunsj i tillegg til trening – LEIKVANG STADION.**
- **10.august** **Kretstrening – Fana stadion**
- **14.okt** **Storsamling – Faglig opplegg og lett lunsj i tillegg til trening – Leikvang.**
- **15.nov** **Storsamling 2 – Faglig opplegg og lett lunsj i tillegg til trening - Leikvang.**

Påmelding – Samlet via klubbene:

Alle utøvere må innstilles og meldes på samlet fra klubb til jonathan.byrkjenes@norna-salhus.no.

Frist 1. juli for sommersamling inkludert samlinger 10.8 + 14.10 + 15.11

Frist 5. august for samlinger 10.8 + 14.10 + 15.11.

Påmelding må inneholde personalia på utøver samt størrelse på t-skjorte, det må også spesifiseres hvilken øvelse utøver ønsker å være med i. Se vedlagt påmeldingsskriv. Er det usikkerhet rundt hvilken øvelse som bør velges, ta kontakt med prosjektleder Jonathan Byrkjenes. Prosjektleder vil i samråd med fagansvarlig publisere oversikt over hvilke utøvere som har fått plass.

Hvem kan melde seg på?

13 og 14 år. (de som er født år 2007 er velkommen).

15-19 år. (Bør ha UM krav).

19 år og eldre. (Bør ha junior/senior NM krav).

NB: Erfaringsmessig er disse samlingene svært populære og det kan fort bli fulltegnet. Vi håper at klubbene innstiller aktuelle utøvere så snart som mulig.

Egenandel:

Det vil være en egenandel for deltagelse på kr. 250,00 per utøver. Beløpet betales samlet fra klubb til Hordaland Friidrettskrets: 3412.18.05253. før 01.10.2020 (faktura tilsendes). Hver enkelt utøver får tildelt t-skjorte..

Det vil bli servert lett lunsj på storsamling og sommersamling. Fagansvarlig/trener vil ha tilgang på kaffe og enkel servering.

Vi ser frem til å treffe mange utøvere på disse samlingene i løpet av året, trenere og ledere er hjertelig velkommen til å være med og observere treningene.

Med vennlig hilsen

Sign.

Leder trenerforum i Hordaland Friidrettskrets

Jonathan V. Byrkjenes

(jonathan.byrkjenes@norna-salhus.no)

+47 908 65 722





EKSTRA SOMMERSAMLING

Torsdag 2. juli og fredag 3. juli arrangeres ekstra Kretssamling på Leikvang stadion
Samlingen er åpen for alle og er en del av Kretssamlingsprosjektet som arrangeres ut over høsten.

Tidspunkt: Kl. 11.00 – 15.00
Program: Trening, faglig innhold, lunch
Vi legger opp til spesifikk øvelsestrening og litt morro

Pris: Kr. 250,- pr deltaker for alle samlingene (faktureres klubb)
Påmelding: Innen 1. juli (sommersamling med alle kretssamlinger),
Innen 5. august (for 3 siste samlinger)
Kretsprofilertøy: Alle deltakerne får utdelt kretsens t-shirt (deles ut på samlingen 10. august)
Annet: Klubbtrenere oppfordres til å bli med.

Mvh Trenerforum ved leder Jonathan Byrkjenes

