



Sidensjö IK – Info Ungdomsorientering 2019

Vi ledare tycker att det är jätteroligt att vi har många intresserade ungdomar, föräldrar och andra vuxna på orienteringsträningarna. Vi hoppas givetvis att intresset ska hålla i sig och att barnen, och gärna även ni vuxna, utvecklas till orienterare. Det finns en risk att vi ledare inte räcker till för att hinna stötta, förklara och hjälpa alla barn i den utsträckning som vi skulle vilja. Därför är det värdefullt om ni vuxna kan finnas med och hjälpa barnen vid behov.

Tills vidare träffas vi vid Skidstugan söndagar kl. 18. Om vi byter plats så får ni självklart meddelande om det. Det är träning oavsett väder, om än i anpassad form. Ta gärna med ombyte, åtminstone för fötterna.

Om ni inte kan komma på träningen så vill vi att ni skickar ett SMS till 070-257 91 97 (Inger).

Medlemskap och deltagaravgift

För att delta i våra aktiviteter gäller att ungdomarna, och gärna även ni vuxna, ska vara **medlemmar i Sidensjö IK. Medlemsavgiften är 100 kr för barn och 200 kr för vuxna, familjeavgiften är 500 kr per år.** Avgiften gäller per kalenderår och gäller för samtliga aktiviteter i klubbens regi.

För att bli medlem betalar du aktuell avgift till klubbens **bankgiro 468-9790** och uppger namn och personnummer på den/de som ska vara medlem. Därefter skickar du e-post till inger.edin@gmail.com och anger namn på den/de nya medlemmarna.

Förutom medlemskap i klubben är det även en **deltagaravgift på 100 kr per barn** för orienteringsverksamheten. Avgiften betalas via Swish till 070-257 91 97, ange U-OL och vilket/vilka barn det gäller, eller kontant i samband med någon av de närmsta träningarna.

Utrustning

Det krävs ingen speciell utrustning för att delta i träningarna men det är ändå vissa regler när det gäller kläderna. På benen och kroppen gäller heltäckande klädsel, vilket betyder långbyxor och sockar som täcker anklarna. På överkroppen är det däremot tillåtet med kortärmat. Tåliga/oömma tränings skor rekommenderas. Vi lånar ut SI-pinnar (för stämplingen) och kompasser när vi använder dem.

Andra träningar och tävlingar

Orientering är en idrott som innebär att man ska kunna omsätta sina orienteringskunskaper även i okända marker. När vi tränar i elljusspårsområdet blir skogen runt Skidstugan snabbt välkända marker, som ger barnen trygghet. Nackdelen är att det begränsade skogsområdet kan bli lite tråkigt i längden. Därför är det lärorikt och utvecklande för barnen att få orientera även i andra områden. Ett bra sätt är att delta i de tisdagsträningar som Ö-viks orienteringsklubbar arrangerar under namnet **7-klubbs**. På dessa träningar finns banor som passar för alla, från nybörjare till elitlöpare. Föräldrar eller annan vuxen följer och hjälper sina barn vid behov eller vill du som vuxen springa en egen bana?

Anmälan på plats eller senast dagen innan via anmälningssystemet Eventor. Start mellan kl. 18 och 19. Karta med bana och plastficka kostar 20 kr och betalas på plats. SI-pinnar finns ofta att låna via klubben men kan även hyras av arrangören för 10 kr/gång. Fråga så berättar vi mer om 7-klubbs.

Kommunserien Örnligan är en tävlingsserie för ungdomar med 5 deltävlingar, som passar utmärkt för alla ungdomar att delta i. Varje klubb har en deltävling, ofta i samband med en 7-klubbsträning. Deltagande i minst 3 deltävlingar garanterar pris vid säsongsavslutningen.

Att delta i tävling kan kännas lite pirrigt för både barn och vuxna, men tar man det på rätt sätt är det ofta helt odramatiskt. Den första och lättaste tävlingsklassen heter "*Inskolning*" och här är allt tillåtet, inga åldersgränser, ingen tidtagning och medföljare får hjälpa till så mycket eller lite som behövs. Årets första deltävling i Örnligan (med Husums IF som arrangör) är den 28 maj och övriga tävlingsdatum är 4/6, 6/8 (Sidensjösprinten), 13/8 och 27/8. Ta chansen att prova!

Sidensjösprinten

Boka in **6/8**, då har vi vår årliga kvällstävling "Sidensjösprinten", som också är vår deltävling i Örnligan. Tävlingsplats denna gång är Myre. Är ni sugna på att tävla tidigare än så arrangerar vi även en tävling den 30 juni i närheten av Skidstugan.

Hemsidan

Vår hemsida www.sidensjo.se försöker vi hålla aktuell med information om klubbens aktiviteter, träningar, länk till tävlingsprogrammet mm.

Frågor och Synpunkter

Tveka inte att ställa frågor eller lämna synpunkter på verksamheten.

Vill du inte längre ta del av orienteringsinfo? Säg till så plockar vi bort dig från sändlistan.

Hälsningar

Sidensjö IK orientering

/Inger Edin 070-257 91 97

Övriga ledare

David Kjellqvist 070-680 05 95

Stefan Backlund 070-603 69 21

Jörgen Edin 070-691 21 07