



BFI - NYTT !

BFI - NYTT hittar ni även på hemsidan www.bfi.nu

BFI - NYTT finns i mindre antal hos er tränare.

Träning med Boden Friidrott under hösten & vintern 2008/2009.

Boden Friidrott bedriver sin träning inomhus i Hildursborgs motionshall och i Sandensskolans gymnastiksal. Med början i januari hoppas vi att ni som är föräldrar till de aktiva i den äldre gruppen ställer upp i ett körschema så att de kan träna i Arcushallen två gånger i veckan.

Vi startar upp träningen:

Måndagen	13 oktober	1996 och äldre.
Tisdag	14 oktober	1999- 1997
Onsdag	15 oktober	2002- 2000

Ta med bra skor för inomhusträning och lämplig klädsel, glöm inte vattenflaskan!

Träningsgrupper:

Födda	Plats	Dag	Tid	Ledare
2002 – 2000	Sandenhallen	Onsdag	19.00 – 20.00	Jarkko, Annika & Susanne
1999 – 1997	Motionshallen	Tisdag	17.00 – 19.00	Gustav & Björn
1999 – 1997	Sandenhallen	Fredag	18.00 – 20.00	Ida (De fredagar som Ida kan)
1996 och äldre	Motionshallen	Måndag	17.00 – 18.30	Conny
1996 och äldre	Motionshallen	Tisdag	17.00 – 19.00	Conny
1996 och äldre	Sandenhallen	Onsdag	19.30 – 21.00	Janne & Åke

Vi har även en tid på lördag mellan 10.00 – 12.00 i Sandenhallen men just nu har vi ingen ledare. Om det är någon som vill leda ett lördagspass så hör av er till någon av ovanstående ledare. OBS! Lördagspassen kommer inte att genomföras de helger det är tävling.

Ni som är föräldrar i den yngsta gruppen förväntas hjälpa till då era barn genomför sitt pass! Ni som är föräldrar till aktiva i de övriga grupperna får gärna hjälpa till under träningarna med olika saker, det underlättar genomförandet av träningspassen avsevärt.

Ta med en kompis!

Vi har öppen anslutning till träningen, under oktober/november. Du som inte varit med tidigare kan testa på tre gånger och när du kommer den fjärde gången vill du vara medlem och priset är då för familj 650kr och för en enskild 450kr. I priset ingår bl.a. 4st grenstarter/tävling under 2008.

Första tävlingen blir 22-23/11 i Piteå och sedan 6/12 i Haparanda. Kanske blir det fler tävlingar, håll uppsikt på hemsidan, där kommer du att hitta smått och gott mest hela tiden.

Välkommen till Friidrottsträning med Boden Friidrott!