

INFORMATIONSGUIDE TIL FORÆLDRE OG ATLETER | AARHUS FREMAD ATLETIK



Dette er en informationsguide til både nye og nuværende forældre, som skal give jer et overblik over hverdagen i klubben, og information, I som forældre skal vide, når jeres barn går til atletik.

TRÆNINGENS FORMÅL

Atletik er en alsidig sportsgren med mange discipliner - derfor er det også en sportsgren, hvor alle vil finde noget, som de er gode til. Vi har et godt og positivt fællesskab med plads til alle, der vil dyrke atletik.

Vi vil have et træningsmiljø, der bygger på:

- Sammenhold gennem fascinationen for atletik
- At vi har det sjovt, og at alle bliver set og hørt

NYT MEDLEM

Ønsker I at blive medlem af Aarhus Fremad Atletik sker det via vores hjemmeside. Opret først en profil ved at trykke på "nyt medlem" og meld herefter på hold.

Har du lyst til at prøve atletik?

Har du lyst til at prøve atletik på en af vores hold? Du kan gratis komme til et par prøvetræninger og se, om det kunne være noget for dig. Henvend dig til den specifikke træner for holdet for at aftale nærmere.

INDENDØRS OG UDENDØRSSÆSON

Atletik er opdelt i en indendørs- og udendørssæson, hvilket træningstiderne afspejler.

Træningstider

Indendørssæsonen løber som udgangspunkt fra efterårsferien til påskeferien. Her træner børneholdet fra kl. 17:00-18:00, og både junior- og ungdomsholdet træner fra kl. 17:00-18:15.

Udendørssæsonen løber som udgangspunkt fra påskeferien til efterårsferien. Her træner børneholdet fra kl. 17:00-18:15, og både junior- og ungdomsholdet træner fra kl. 17:00-18:30.

FERIE

Der er ikke atletiktræning i skolernes ferier.

KOMMUNIKATION

Information og kommunikation foregår via den lukkede Facebook-gruppe "**Aarhus Fremad Atletik (børn og unge)**". Information sendes også ud via klubmodul til jeres mail.

Derudover er klubbens offentlige Facebook-side "**Aarhus Fremad Atletik**".

Vi har en instagram: "**aarhusfremad.atletik**"

PÅKLÆDNING

Klubtøj:

- Til stævner er det et krav at konkurrere i klubtøj, hvis man stiller op for klubben.
- Klubtøj består af den sort/hvide t-shirt.

Sko:

- Pigsko anbefales først at blive brugt, når atleten er fra omkring 11 år.
- Pigsko gør det blandt andet lettere for atleten at sætte af og løbe hurtigere – men det er intet krav at købe pigsko! Til børn anbefaler vi en allround pigsko, som kan bruges til de fleste discipliner. Pigsko kan købes online. Spørg eventuelt en træner til råds om hvilken type pigsko, der passer, inden køb.

HUSKELISTE TIL TRÆNING

Vi anbefaler at have tøj på efter sæson. Indendørs anbefales indendørs træningssko (uden sort sål) og tøj, som du kan bevæge dig i. I udendørssæsonen anbefales det at have sko og tøj på efter vejret, da vi er ude i alt slags vejr! Tænk lag på lag.

Derudover husk drikkedunk.

FORVENTNINGER TIL JER FORÆLDRE

I en forening som Aarhus Fremad Atletik er fællesskabet og de frivillige kræfter helt afgørende for, at vi kan skabe gode oplevelser for børnene. Derfor håber vi, at I som forældre har lyst til at bidrage – i det omfang, der passer ind i jeres hverdag.

At have et barn til atletik hos os er ikke bare et pasningstilbud, men vi forventer også at I som forældre bidrager. Selv små bidrag gør en stor forskel.

Vi har blandt andet brug for hjælp til:

- Dommer / hjælpedommer ved stævner
- Afvikling af sociale arrangementer
- Hjælpetræner til træning
- Kagebagning til stævneudflugter

Uanset om du har erfaring eller ej, er din hjælp værdifuld. Vi klæder dig på til opgaven og sørger for, at du ikke står alene. Vi viser dig, hvad du skal gøre, og du vil altid kunne spørge undervejs.

Børne- og ungeudvalget

Har du lyst til at engagere dig lidt mere, er du meget velkommen i børne- og ungeudvalget. Vi mødes cirka 4-6 gange om året og taler om alt fra stævner og sociale aktiviteter til ønsker og udvikling af atletikken.