

VI SES PÅ
STENSUND
DEN 22
APRIL!

Hej alla glada! Nu är våren här och med den en massa frisksportaktiviteter. Hoppas att vi ses på Stensund nu på söndag den 22 april och på avslutningen i Hedebyhallen den 10 maj! I sommar är det traditionellt midsommarläger på Stensund och rikslägret är vecka 28 i Vara i Västergötland. Cirkusskolan är i år i Tomtaklinskolan hall, där det en gång i tiden startade - för 14 år sedan! Hoppas ni hittar något roligt att vara med på. Och du - ta med en kompis så blir vi dubbelt så många /Styrelsen

FAMILJEDAG 22 APRIL

Söndagen den 22 april 11.00 på Stensund. Vi bjuder på tipspromenad (vuxna/barn), kajak och klättring. Naturskola för alla barn och cirkusskolan kommer på besök. Tag med matsäck - grillen är tänd! Välkommen alla medlemmar med familj och vänner!

TERMINSAVSLUTNING 10 MAJ

Torsdagen den 10 maj kl 18.30 blir det full fart i Hedebyhallen. Massa kul, mycket folk och luftakrobatik inne och spaceball ute!

MIDSOMMAR

Välkommen till traditionellt midsommarfirande på vackra Stensund!

RIKSLÄGER V. 28

Vi brukar vara ca 100 medlemmar från klubben som varje sommar är med på rikslägret. I år i Vara i Västergötland. Det är som en stor campingplats med ca 200 programpunkter under en hel vecka. Mycket sport, mycket kultur och mycket skoj! Boka vecka 28! Distriktet brukar ordna bussresa dit, det annonseras i så fall på frisksport.se/sormland.

CIRKUSSKOLA V. 33 I TROSA

Cirkusskolan i sommar är i Tomtaklinthallen i Trosa, eftersom Hedebyhallen ska renoveras. (Anmäl dig på frisksport.se/cirkusskolan.)

UTFÖRSÄLJNING AV KLÄDER

På avslutningen den 10 maj säljer vi ut klubbens tröjor (40 kr) och T-shirts (20 kr). Ta också chansen och köp en snygg, blå kvalitetsoverall (byxa och jacka) från Adidas för halva priset, 350 kr. Dam, herr och barnstorlekar. Begränsat antal, först till kvarn!

Smålands Ungdomskommitté
Uppdrag: Omöjligt?
27 - 29 April
Gröndalsskolan, Värnamo
Kan du klara utmaningen?
FRISKSPORT
Håll utkik på
Facebook & Frisksport.se
Kontakt: Stigemyr_isabelle@hotmail.com

UNGDOMSTRÄFF

För dig som är född 97 eller tidigare. Kostnad: 200 kr, golvlogi, frukost och kvällsfika ingår, lunch äts ute på stan. En helg full av hemliga filer, slowmotion scener, painball och spännande aktiviteter!

Anmälan till stigemyr_isabelle@hotmail.com

Klubben ordnar resa till träffen. Pris: 100 kr för medlemmar, 400 för ickemedlemmar.

Avgång Trosa 15:00, Vagnhärad 15:20.

Anmälan till trosa@frisksport.se. Uppge namn, personnummer, telefonnummer och påstigningsplats. Sista anmälan/avanmälan den 22 april.

Frisksport är en idé om hur vi skall leva för att må bra och ha kul tillsammans.

För att **DU** ska må bra måste du sköta om din kropp. Motionera, äta sunt och inte förstöra den med tobak, alkohol eller andra droger.

För att **VI** ska må bra måste vi dela upplevelser och känna gemenskap. Skratta, umgås och trivas.

För att **ALLA** ska må bra måste vi hjälpas åt. Ta ansvar för vår miljö och för jordens överlevnad. Lära känna andra människor och kulturer samt leva i fred med varandra.

Medlemsavgifter 11-12

Ålders- eller sjukpensionär	250 kr
Junior (-14 år)	250 kr
Ungdom (14-19 år)	250 kr
Senior (20 år-)	350 kr
Ensamstående med junior	500 kr
Familj på samma adress	700 kr

Betala din medlemsavgift omgående, tack. Då slipper vi skicka ut påminnelser. Ange med namn och födelsedatum (år-mån-dag) vilka avgiften avser. Uppge också adress och ev e-postadress. Plusgiro: 64 82 28 - 5

Som medlem får du...

- tidningen Frisksport (ett ex per familj)
- klubbinformation direkt hem i brevlådan
- fritt deltagande i alla aktiviteter (om inte åldersindelning e dyl finns)
- disponera klubbens klätterutrustning, beachvolleybåt, skridskosegel, cirkusprylar...
- disponera klubblokalen i Societetshuset
- subventionerade resor till träffar & läger
- subventionerat deltagande i kurser
- rabatt på Stensunds midsommarfirande
- rabatt på Frisksportförbundets riksläger

Som medlem lovar du...

att följa klubbens regler:

- Frisksportverksamhet är helt fri från tobak, alkohol och andra droger.
- Frisksportverksamhet är fri från all form av mobbing och rasism.

Medlemsförsäkringen (gäller alla): Jag sym-patiserar med frisksportens helhetssyn sådan den är formulerad i förbundsprogrammet och förbinder mig att i frisksportsammanhang inte förtära drycker som innehåller mer än 2,25 volymprocent (=1,8 viktprocent) alkohol eller använda tobak eller narkotika i någon form.

Frisksportlöftet (obligatoriskt för 12-18 år, frivilligt för övriga): Jag förbinder mig att inte i något sammanhang förtära drycker som innehåller mer än 2,25 volymprocent (=1,8 viktprocent) alkohol eller använda tobak och narkotika i någon form.

Styrelsen

mötesordförande

	Sandra Fogelberg, 070-4383245
sekr.	Tommy Fogelberg, 070-7680678
kassör	Ulla-Maj Hellstrand, 070-7776617
led.	Rasmus Gustafsson, 073-3103442
led.	Pontus Landström, 070-7992088
led.	Vega Reimer, 072-2073130
led.	Lovisa Kenttä, 0703-833544
led.	Katarina Kenttä, 070-4248575
suppl.	Paula Hauke, 073-6172552
suppl.	Linus Hagander, 070-2833534
suppl.	Tobias Broström, 073-9058195
ADRESS	Societetshuset, Alpg., 619 35 Trosa
E-POST	trosa@frisksport.se
HEMSIDA	www.frisksport.se/trosa
PLUSGIRO	64 82 28 - 5

EN LIVSSTIL

HELT ENKELT