

Träna med Trosa Frisksportklubb!

Vi planerar för både torsdags- och söndagsträningar med trampolin, jonglering, akrobatik, klot, enhjuling, tyg, pingis och annat roligt.

- **Prel start torsdag 14 sept • gr 1: 18.15–19.15 gr 2: 19.15–20.15**
- **Vissa söndagar 18.00–20.00 för familj och ungdomar**
- **Mer info kommer i nyhetsbrev, hemsida och instagram**

Kallelse till årsmöte

Söndag 3 sept kl 14.00 på Stensund med fika!

Tillbakablickar, planering för framtiden och val av förtroendevalda. Kom och gör din röst hörd! Anmäl dig gärna till trosa@frisksport.se

Nominera Föreslå personer (eller dig själv!) till styrelsen och övriga förtroendevalda! Kontakta valberedningen Emmy Eriksson, 0760-448483, eller Matteo Reimer, 0731-561999.

Föreningarnas dag

Söndagen den 20 augusti kl 11–15

Välkommen till Tomtaklint och Multum i Trosa. Trosa FK är på plats tillsammans med 15 andra föreningar – massor av aktiviteter alltså! Fritidsgården har kiosken i Multum öppen!



1150 deltagare från hela landet var på plats. Omkring 250 medlemmar från Sörmlandsklubbarna, varav många var funktionärer. Tack alla för en fantastisk vecka!

Cirkusskola

Vecka 31 i Multum avslutades med två föreställningar där publiken fick se artisternas fina nummer. Välkommen till klubben alla nya medlemmar!



hälften från Trosa FK/Trosa kommun) fått sommarjobb med frisksport. Bra jobbat alla!

Prisade Matteo Reimer, Emmy Eriksson, Perla Wrånghede och Alrik Lundin har fått ta emot Bängt Bodéns ungdomsledarstipendium. Pontus Landström har fått ta emot "Flamman", en utmärkelse för gediget arbete för hela frisksportrörelsen. Grattis alla!



Medlemsavgifter

Gäller verksamhetsåret
2023-07-01 – 2024-06-30

Pensionär	300 kr
Barn (– 14 år)	300 kr
Ungdom (14–25 år)	300 kr
Vuxen (26 år –)	400 kr
Ensamstående m barn	550 kr
Familj på samma adress	850 kr

Plusgiro 64 82 28-5

Betala din medlemsavgift direkt, så slipper vi skicka ut påminnelser. Ange med namn och födelsedatum (år-mån-dag) vilka avgiften avser. Ange också adress och e-postadress.

Som medlem får du ...

- Tidningen Frisksport.
- Klubbinformation.
- Fritt deltagande i alla klubbaktiviteter (om inte åldersindelning eller annan begränsning finns).
- Disponera klubbens klättroutrustning och cirkusprylar.
- Subventionerade resor till träffar och läger.
- Subventionerat deltagande i kurser.
- Rabatt på riksläger.

Klubbregler

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

Medlemsförsäkringen (gäller alla):

Jag sympatiserar med frisksportens helhetssyn sådan den är formulerad i förbudsprogrammet 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.

Trosa Frisksportklubb
c/o Frisksportrörelsen
Stensund, 619 91 Trosa
trosa@frisksport.se
www.frisksport.se/trosa
Plusgiro: 64 82 28-5

Styrelsen
Ordförande:
Kassör:
Sekreterare:
Ledamöter:

Oliwia Wadle, 073-1423270
Pontus Landström, 070-7992088
Rasmus Gustafsson, 072-2282732
Elva Wrånghede, Perla Wrånghede och Alrik Lundin



trosafrisksport

Senaste nytt på Instagram!

FRISK
sport

Roliga aktiviteter i en
nykter och tobaksfri miljö