

ARBETSUPPGIFTER 2011

Anneli är planerings ansvarig för träningarna tillsammans med tränarna i grupperna

- **Annonsera om träningsstart och första träffen**
Frans och Anneli
- **Vårläger/tävlingsläger Piteå planera, boka boende(skola), dela ut arbetsuppgifter**
Mattias Lundgren och Niklas Perman
- **NOF läger, planerar, dela ut uppgifter till sommarjobbs ungdomarna**
Anneli och Frans
- **TULO/USM/SM, läger, juniorcup och andra tävlingar ta in anmälan och anmäla till ansvarig samt utse ledare från klubben vid behov/ Frans**
- **USM tävling/NOF**
- **JSM tävling/Frans och Björn L**
- **Daladubbeln ta in anmälan och anmäla till ansvarig, och vidtala två vuxna/ledare från klubben som följer med/ Rolf Emlén**

Ansvariga för 3 banor till träning och utsättande av tränings kontroller

Träning 1-4 Sprint i stadsmiljö

Anneli och Frans Wickbom

Träning 5-6 Sävast Skidstuga

Andrea, Evelina, Josefine, Julia, Amanda, Sara, Olov, Anna m.fl

Träning 7-8 Rödbergets skyttepaviljong

Peter Westin och Mattias Lundgren

Träning 9-10 Åberget toppen

Rolf Emlén, Lena och Björn Lundsten

Avslutning träning 11 idrottsgården /gympasal med inomhus OL och fika

Alla som kan hjälper till Ansvarig: Anneli och Frans

PM TRÄNING 5-10

Ta gärna fler klubbkompisar till hjälp med att sätta ut kontroller mm

Uppgiften är att till första tillfället på träningsplatsen/ samlingsplatsen lägga tre banor i olika svårighetsgrader VIT, ORANGE , SVART, gärna med någon teknisk svårighet. Grupperna kan då använda de banorna som grund även andra träningstillfället eller då träna "fritt" på kartan.

Ni ska hänga ut snitslar (som man kan lämna i skogen) ev. mini skärmar/stämplor till de yngsta, så det är klart innan första träningen på platsen, samt skriva PM om ni tänkt ut något speciellt syfte med träningen (gäller främst lite äldre ungdomar).

Kartor får ni från Frans Wickbom alt Lennart Lidman

Vill ni få kartor med banor utskrivna innan träning kan ni lämna dessa till Frans senast fredag veckan innan träningen.