

Planering VT23



Glädje Gemenskap Utveckling

Hej alla skidföräldrar!

Här är en lista på de aktiviteter vi har planerat och tävlingar som anordnas i distriktet. Som tidigare behöver vi hjälp av föräldrar för att bland annat servera saft efter träningarna och även olika sysslor på våra tävlingar. Efter tisdagens träning kommer vi dessutom att servera en smörgås till varje barn. På så vis är kvällsfikat avklarat, vilket underlättar när ni kommer hem. Tränarna har nycklar till stugan och låser upp den/köket vid varje träning.

OBS! Denna planering kan komma att ändras utifrån väder, snö osv. Ändringar och aktuell info skickas alltid ut i resp. grupps sms-grupp.

VIKTIGT!! En familj som inte har möjlighet att hjälpa till den dagen man fått tilldelad, får själv kontakta någon annan att byta med.

Vid frågor kontakta: tranare@bikskidor.se Tack för hjälpen hälsar Tränarna! 😊

TRÄNINGSGRUPPER SÄSONGEN 22/23:

Björnarna: födda 2015, tränare Anna, Sandra, Annika och Micke

Älgarna: födda 2014, tränare Johanna, Aline, Kicki och Alf

Bävrarna: födda 2013, 2012, tränare Susanna, Malin och Nova

Hararna: födda 2011, 2010, 2009, tränare Mattias, Martin och Lars

Vesslorerna: födda 2008 och äldre, tränare Magnus, Tobbe och Lollo

Fikainstruktioner på träningar TISDAGAR:

1. Värm vatten i vattenkokaren och blanda saft i tillbringare.
2. Bred ca 50 st smörgåsar, 1 st till varje barn och tränare. Bröd, smör, pålägg finns i kylskåpet. Variera mackorna utifrån vad som finns! Använd riktiga glas som vi diskar!
3. Servera saft och 1 smörgås till varje barn och tränare.
4. Diska undan glas, tillbringare m.m.
5. VIKTIGT! En grovstädning skall göras när alla fikar klart.
 - Torka borden
 - Sopa och torka av golvet i samlingslokalen och i hallen från ytterdörren och in till köket.
 - Gör en grovstädning på toaletten.

Fikainstruktioner på träningar TORSDAGAR:

1. Värm vatten i vattenkokaren och blanda saft i tillbringare.
2. Servera saft till varje barn och tränare, använda riktiga glas!
3. Diska undan glas, tillbringare m.m.
4. VIKTIGT! En grovstädning skall göras när alla fikar klart.
 - Torka borden
 - Sopa och torka av golvet i samlingslokalen och i hallen från ytterdörren och in till köket.
 - Gör en grovstädning på toaletten.

Dagens värd (en av tränarna):

1. Lås upp stugan och regla upp dörren. Slå på bastun i dam/herr omkl.rummen!
2. Värden är övergripande ansvarig för lokalens användning.
3. Lås upp köket, ställ fram saft och stäm av med kvällens fikaansvarig om frågor finns.
3. Se till att den grova städningen av toaletter, bord samt golv är ok.
4. Kontrollera att alla ytterdörrar är låsta.
5. Regla ytterdörren och lås igen den.

Vid träning på **VÅRDKASEN** hämtar Dagens värd saft och ev träningsmaterial på BIK.

Inköpsansvarig:

Linda Högdal. Meddela Linda på tel 073 - 460 46 92 eller mejla adnilhog80@gmail.com om du upptäcker att det börjar ta slut på saft, muggar eller annat.

Instruktioner vid kvällstävling Uppgift Saft+ nummerlappar (samling 18.00):

Ställ fram bordet som står i ingången till tidtagarhuset vid målgången. Blanda varm saft i gula plastbehållaren och ställ denna samt vatten och plastmuggar på bordet vid målgången. Ställ fram soppåse. Efter målgång: servera saft, samla in och lägg nummerlappar i nummerordning. Diska ur den gula behållaren och ta in bordet. Släng sopor.

Instruktioner vid kvällstävling Uppgift Starter+ nummerlappar (samling 18.00):

Hämta startlista i sekretariatet/tidtagarkuren. Stå vid starten och kolla att alla startande är på plats och skicka iväg dom när det är deras tur. När alla startat, hjälp till med nummerlappar och saft.

Vecka	Datum	Dag	Aktivitet	TRÄNING	TÄVLING/LÄGER	Arbete	Ansvarig	Dagens värd	Övrigt
1	3 Jan	tis	Träning alla grupper			Saft och macka	Fam. Kevin Lundin Fryksten	Annika Vestman	
	5 Jan	tors	Träning vesslor, harar, bävrar och älgar			Saft	Fam. Inez Flodin	Magnus Nordgren	
	6 Jan	fre	Anundsjöloppet i Bredbyn						
	7 Jan	lö	BIK Skidspel och BIK Sprinten			Utifrån separat funktionärslista			
2	10 Jan	tis	Träning alla grupper			Saft och macka	Fam. Ida Vikström	Lars Liljedahl	
	12 Jan	tors	Träning vesslor, harar, bävrar och älgar			Saft	Fam. Selma Esselström	Johanna Selling	
3	17 Jan	tis	Träning alla grupper			Saft och macka	Fam. Clara Svanberg	Lollo Engberg	
	19 Jan	tors	Träning vesslor, harar, bävrar och älgar OBS! PÅ VÅRDKASEN			Saft	Fam. Valentina Wik	Susanna Edström	
	21 Jan	lö	Remsle spelen + Hallsta Hill Climb i Sollefteå						
4	24 Jan	tis	Träning alla grupper			Saft	Fam. Schwartz	Martin Stattin	
	26 Jan	tors	Träning vesslor, harar, bävrar och älgar			Saft	Fam. Sicken Pettersson	Mattias Nordlander	
	27-29 jan	fre-sön	USM i Högbo för födda 2007 + 2008						
5	31 Jan	tis	Träning alla grupper			Saft och macka	Fam. Gustav Karlsson	Tobbe Engberg	
	2-Feb	tors	Träning vesslor, harar, bävrar och älgar OBS! PÅ VÅRDKASEN			Saft	Fam. Tim Uddgren	Susanna Edström	
	4 Feb	lö	Graningerundan						
	5 Feb	sön	Nätraskidan i Köpmanholmen						

6	7 Feb	tis	BIK-cupen #1 Hararna ansvarar	Se instruktioner ovan	Saft+lappar:Fam.Alva/Melker Nordlund; Start+lappar:Fam Irma Jensen	Lars Liljedahl
	9 februari	tors	Träning vessor, harar, bävrar och älgar	Saft	Fam. Claesson	Kicki Engström
	11 Feb	lö	Lilla Fjällrävenloppet på Skyttis i Övik			
	12 Feb	sön	Vårbyruschen + Vårbyfläkten			
7	14 Feb	tis	Träning alla grupper	Saft	Fam. Alicia Sundell	Sandra Sjölander
	16 Feb	tors	Träning vessor, harar, bävrar och älgar	Saft	Fam. Ida/Greta Olofsson	Lollo Engberg
	18 Feb	lö	Husumskidan			
	19 Feb	sön	Core IT-racet i Husum			
8	21 Feb	tis	Träning alla grupper	Saft och macka	Fam. Lill Myrén	Annika Vestman
	23 Feb	tors	BIK-cupen #2 Bävrarna ansvarar	Se instruktioner ovan	Saft+lappar:Fam. Schwartz; Start+lappar: Fam. Viola Marklund	Susanna Edström
	26 Feb	sön	Molidenrännnet			
9	28 Feb	tis	Träning alla grupper	Saft och macka	Fam. Måns Fälldin	Anna Stattin
	2 mars	tors	Träning vessor, harar, bävrar och älgar	Saft	Fam. Love Vestberg/Kindvall	Kicki Engström
	4-6 mars	fre-sön	Folksam cup i Järpen för födda 2007+2008			
10			SPORTLOV, ingen organiserad träning			
	10-12/3	fre-sön	Ungdomscup i Vårby för födda 2009+2010			
11	14 mars	tis	Träning alla grupper	Saft och macka	Fam. Samuel Rydja	Sandra Sjölander
	16 mars	tors	Träning vessor, harar, bävrar och älgar OBS! PÅ VÅRDKASEN	Saft	Fam. Claesson	Johanna Selling
12	21 mars	tis	Klubbmästerskap Vesslorna ansvarar	Se instruktioner ovan	Saft+lappar:Fam.Melker/Alva Nordlund; Start+lappar:Fam.Gustav Karls	Tobbe Engberg
	23 mars	tors	Träning vessor, harar, bävrar och älgar	Saft	Fam. Etta Andersson	Magnus Nordgren
13	28 mars	tis	Träning alla grupper	Saft och macka	Fam. Hampus Arebratt	Martin Stattin
	20 mars	tors	Träning vessor, harar, bävrar och älgar	Saft	Fam. Isac/Lucas Wiklander	Mattias Nordlander
	31 mars-2 april	fre-sön	Höga Kusten Ski Tour i Öviksområdet	Ev. gemensam klubbresa med övernattnig, håll utikik efter info!!		
14	4 Apr	tis	Prel. AVSLUTNING alla grupper beroende på snöläget, Älgarna och Björnarna ansvarar			Sandra Sjölander