

#1 - 2004

Hej alla!

Vilken start på det nya löpåret och jakten på våra tunga mål. De fyra första träningspassen har haft 13, 13, 9 och 14 löpare närvarande. Det finns ingen motsvarande period i hela vår historia, kul.

Ett personligt mål som jag har haft sen jag tog över efter Svenne som ordförande, var att vi skulle ha 50 medlemmar 2005. Betalar alla som är på gång in i klubben så landar vi på 50 medlemmar redan 2004! 2001 var vi 22 medlemmar!

Det är inte utan att man känner sig motiverad och laddad inför säsongen, hoppas att alla känner trycket och hjälper till att hålla motivationen uppe.

Mitt syfte med detta första news är egentligen bara några avstämningar:

Tävlingar

Den 24-25/1 är det Pallasspelen i Malmö. De som varit på gång har backat ur och just nu har jag ingen som anmält intresse. Jag ska anmäla senast onsdag nästa vecka, vill du springa ge mig input senast på måndag. Jag tycker gott att vi kan prioritera träningen tom lägret i Lanzarote.

Efter Lanzarote är det SM inomhus under två helger. Den första helgen 7-8/2 är det för veteraner i Västerås. Här börjar jakten på SM medaljer enligt klubbmålet. Vi är idags läget tre som ska dit, någon annan? Född – 69 eller äldre är ett krav. Det finns 400, 800, 1 500 och 3 000m. Jag vill ha ditt eventuella deltagande senast den 25/1.

Den 21/2 är det DM tävlingar i Helsingborg. (kan vara den 22/2 – ej fått definitivt) Sträckan är 800m, till 99%.. Kan vara 1 500m (ej fått definitivt) Som ni ser är det mycket osäkert innan programmen för året kommer ut. Här hoppas jag dock att många ställer upp och testar av formen, vi tar det som ett kvalitets träningspass.

Samma helg är det Senior SM inomhus i Göteborg. Intresserad – jag vill veta det senast den 6/2.

Dessa tävlingar är egentligen de enda jag ser som intressanta innan utesäsongen drar igång med DM i terräng. Jag har fått en del tävlingsdatum, klistrar in aktuell tävlingskalender:

IS Göta Tävlingskalender 2004

W	måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
1							
2							
3							
4							
5							
6						VSM i Friidrott.....	
7							
8						VDM HBG + SSM i Friidrott.....	
9							
10							
11							
12							
13						DM Terräng	
14						Kretsm. 1500m	Ramlösaloppet
15						Ryssbergsloppet	
16							Hamburg
17							Ystad terräng
18						Bokskogsrundan/SM Terräng...	
19							Springtime
20							
21							
22			DM 5000				
23		Kalvin					Hildesborgsloppet
24							
25							
26							
27			Hörby ML				
28		Munklopp					
29				Färsinga			
30				VEM i Friidrott.....			
31	VEM i Friidrott.....						
32					SSM i Friidrott.....		
33					JSM i Friidrott.....		
34					VSM i Friidrott.....		
35				DM 1500			
36							
37							Septemberloppet
38							Öresundsloppet
39						Lidingöloppet.....	
40							Eslövsloppet
41						DM 1/2 marathon	
42							
43							
44							Yddingeloppet
45							Skanelloppet

Adresslista

Bifogar en aktuell adresslista. Vi behöver få in all information så vi kan sända ut avier om medlemsavgifter och skriva verksamhetsberättelse. Saknas någon information runt dig i registret, ge mig feedback

Ekonomi

Vår tunga Bingolottsförsäljare, Lasse på Willys, slutar sälja från vecka 3. Han ska byta jobb. Detta innebär en stor förändring för oss, Willys har sålt ca 20 bingolotter i veckan.

Hur har Du det? Kan Du sälja några bingolotter på ditt jobb, till några kompisar, etc. SNÄLLA fundera seriöst på detta och maila tillbaka, alla bidrag är värdefulla för vår ekonomi 2004.

Till sist

Vi ses i spåret ikväll, nu drar intervallerna igång igen efter en lugn jul ledighet. Inställ er på att det ska vara några riktigt tuffa veckor fram till lägret vecka 5 är slut. Vecka 6 blir det lugnare igen.....

Vid pennan/BG Nilensjö