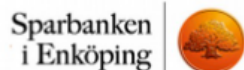




VÅRA HUVUDSPONSORER



För att ta del av aktuella händelser:
Bålsta IK - Friidrott på Facebook
Balstaik på Instagram

Nyhetsbrev 1, 2024

Föreningen informerar

Äntligen börjar det gå mot ljusare tider och den efterlängta utomhusträningen börjar snart! Vi startar utomhussäsongen med en vår-kickoff den 21/4 där alla föreningens team tränar samtidigt och avslutar med att äta hamburgare/korv tillsammans.

Friidrottsskola

Nu går det att anmäla sig till en av sommarens höjdpunkter, Friidrottsskolan. Aktuella veckor är v.26 samt v.33. Anmälningsslänk finns på hemsidan.

Specialinriktad grenträning

Under våren kommer vi att hålla specialinriktad grenträning. Om du är tränare eller aktiv friidrottare över 12 år med intresse att utveckla detaljerna inom de valda grenarna får du inte missa detta tillfälle. Aktuella datum: 11/4 Medeldistans, 4/5 Häck, och 11/5 Kula. Kallelse kommer via SportAdmin.

Vårens Bålsta-tävlingar

Bålsta Stadslopp 27 april
Vårkastet 25-26 maj
Klubbmästerskap 27 och 29 maj
Kraftmättningskval 2 juni

Läger i Falun

Den 17-19 maj bjuder vi in till träningsläger i Falun. Resan är kraftigt subventionerad av klubben, vilket gör att vi håller låga priser (700 kr) för att så många som möjligt ska kunna följa med och njuta av träningsglädje och gemenskap!

Ordföranden har ordet

Jag ser fram emot att under det kommande året inviga det nya gymmet, vilket kommer vara ett fantastiskt tillskott till våra redan existerande faciliteter.

Vidare har vi planerat en rad tävlingar och andra event under våren, vilka syftar till att främja deltagande och gemenskap inom föreningen. Vi hoppas att så många som möjligt av er vill delta och vara en del av dessa evenemang. Det är genom vårt gemensamma engagemang och deltagande som vi kan skapa en levande och inspirerande föreningskultur.

Jag ser verkligen fram emot den kommande säsongen och allt det roliga som väntar oss.

Tillsammans ska vi göra detta till en fantastisk tid för vår förening!





Nyhetsbrev 1, 2024

Nystyrelse

Den 13 mars genomfördes årsmötet. På mötet röstades Gabriela Covarrubias in som suppleant i styrelsen samtidigt som Martin Westerberg lämnade sitt uppdrag. Stort tack till Martin för det fantastiska arbete du har gjort under alla år i styrelsen.



IUSM2024

Stort grattis till Carl Berggren P15 som tog brons och Svea Enghag Aaskov F16 som tog en femte plats, båda i Viktkastning.



Mångkamps-SM

Stort grattis även till Ivan Nilsson P17 som tog en femte plats och Tove Norrby F15 som tog en tolfte plats samt nytt klubbrekord.

Regionmästerskapen

För 13-och 14-åringar är Regionmästerskapen Svensk Friidrotts högsta mästerskapsnivå och inte mindre än 6 ungdomar tog plats i det Mittsvenska laget.



Ordförande:

Robert Thorslund

Ledamöter:

Josephine Rohr

Rikard Nilsson

Ann-Sofie Wiman

Elisabeth Mandorf

Nina Linell

Magnus Persson

Suppleanter:

Linus Rosén

Gabriela Covarrubias



Hannes Erlingsson är aktuell som en av ledarna i Friidrottskolan

Vilken gren gillar du mest och varför?

Spjut eftersom det är en gren som kräver en blandning av styrka och teknik. När man får med båda delarna samtidigt i en kast får man en väldigt härlig känsla (som förstärks ännu mer när man tar personbästa).

Vad är det roligaste med Friidrottskolan?

Att jag får använda mina egna erfarenheter som aktiv för att hjälpa andra att utvecklas. Det är extra kul att se när någon deltagare tar sig förbi ett "hinder" som de stött på i grenen, speciellt eftersom jag själv vet hur det känns att lyckas med något sådant.