

18.02.2010

Nummer 3 / 2011

Nyt på sak77.dk: Det sker lige nu i klubben

På hjemmesiden vil man fremover kunne følge med i hvad der foregår af aktiviteter i klubben – træning, stævner, ture, møder, osv. Kalenderen vil blive opdateret så ofte som muligt, og ændringer eller aflysninger vil kunne findes her.

Træner kurser i SAK77

SAK77's serie af trænerkurser starter lørdag den 19. februar. Tilmelding til dette og andre kurser til sm@sak77.dk eller på 20 19 43 07.

*Lørdag 19. feb.
13.00-15.00:
Kuglestød -
Svend Christensen*

*Lørdag 5. marts
12.00-16.00
Længde/højde -
Morten Blumensat*

*Lørdag 12. marts
12.00-16.00
Sprint/hæk*

*Lørdag 26.
marts 13.00-15.00
Diskoskast -
Svend Christensen*

*Silkeborg
Atletikhal skal
fyldes med
atletikungdom.
Kom og hjælp med
det lørdag den 26.
februar...*



Er du klar til åbent hus i Silkeborg Atletikhal?

Af sportschef Søren Munch

Så er det ved at være dagen, hvor SAK77 inviterer alle medlemmer samt forældre til åbent hus i Silkeborg Atletikhal. Det sker **lørdag den 26. februar kl. 12.00-16.00.**

Vi bruger dagen til at holde vores første stævne, som bliver en trekamp: 1 løb (50 m), 1 spring (længde- eller højdespring) og 1 kast (kuglestød). Der bliver også mulighed for at prøve sit talent i hækkeløb, trespring og stangspring.

"Vi regner med, at rigtig mange af klubbens medlemmer kommer til stævnedagen. Dels er det længe siden, vi har været til stævne, og dels skal vi have testet, hvad hallen formår, når vi er mange i den," siger formand Morten Blumensat.

Vi har inviteret gæster

SAK77 venter rigtig mange gæster, for klubben har inviteret alle kommunens børn og unge til at



General- forsamling: Nye navne i bestyrelsen

Generalforsamlingen onsdag den 9. februar blev en effektiv og positiv oplevelse. På knap tre timer nåede forsamlingen at få tømret en stærk bestyrelse sammen, og der kom desuden en række gode initiativer sammen til at styrke klubbens økonomi, så vi kan gøre det vi gerne vil i fremtiden.

**Læs mere om
generalforsamlingen
på sak77.dk**

**Læs mere på
sak77.dk**

NYHEDSBREV for SAK 77

Redigeret af: Søren Munch
Telefon: 20 19 43 07
E-mail: sm@sak77.dk

SAK 77 på nettet:
www.sak77.dk



komme og prøve sig af i atletik. Børn og unge i Resenbro- og Skærbæk-området er ovenikøbet blevet inviteret personligt med en husstandsomdelt folder.

Alle klubbens medlemmer er fødte deltagere, og man aftaler med sin træner, hvilken øvelse man vil være med i. Hvis man ikke når at tilmelde sig på forhånd, gør det ikke så meget – det klarer vi ude i hallen.

Og hvis man ikke kan nå at komme til kl. 12.00, så går det nok også.

Afslappet og hyggeligt

"Stævnet bliver et afslappet "gå-fra-øvelse-til-øvelse"-stævne, og vi slutter ikke, for alle børn og unge har fået testet sig selv," siger SAK77's formand.

Kom i sportstøj og i de bedste løbesko du har. Hallen er opvarmet til ca. 21 grader, så du kan være i hallen i shorts og t-shirts.

Der bliver også mulighed for at købe en pølse og/eller en sodavand/vand.

Silkeborg Atletikhall ligger på Skellerupvej 15, og der er indkørsel fra Møllegårdsvej lige før den østlige byport i retning mod Voel.

SAK77 søger flere medlemmer

Som led i indvielsen af Silkeborg Atletikhall tilbyder SAK77 nye medlemmer at træne gratis resten af indendørsæsonen, dvs. indtil midten af april. Og står det til SAK77, så må der meget gerne komme rigtig mange nye medlemmer.

"Vi vil gerne fylde atletikhallen med børn og unge, og til foråret vil vi gerne fylde Silkeborg Atletikstadion. Derfor slår vi nu lidt på tromme for at tiltrække nye medlemmer," siger klubbens sportschef, Søren Munch.

Et godt tilbud på alle niveauer

I SAK77 træner børne- og ungdomsmedlemmerne i fire grupper: 6-9 år i yngste gruppe, 10-11 år i mellemste gruppe, 12-17 år i talentgruppen samt ekstratræning i sprint og hækkeløb, spring, mellem/langdistanceløb og kast.