

BORÅS GIF

FÖRÄLDRA MÖTE MTB

220425



Borås GIF

VISION

Vi ska vara Borås mest uppskattade idrottsförening



MISSION

GEMENSKAP - GLÄDJE - MOTION





GEMENSKAP - GLÄDJE - MOTION



BORÅS MEST UPPSKATTADE
IDROTTSFÖRENING

GEMENSKAP - GLÄDJE - MOTION

FLER I RÖRELSE - HELA LIVET

RF - STRATEGI 2025

NY SYN PÅ TRÄNING OCH TÄVLING

DEN MODERNA FÖRENINGEN ENGAGERAR

INKLUDERANDE IDROTT FÖR ALLA

JÄMSTÄLLDHET FÖR EN FRAMGÅNGSRIK IDROTT

ETT STÄRKT LEDARSKAP

KÄRNVÄRDEN - MERVÄRDEN

Kärnvärden: Gemenskap, Glädje, Motion

Mervärden: GIF-familjen, Prestationsutveckling

GEMENSKAP

Borås GIF är mer än en förening – det är en **mötesplats som är till för alla**. Det är vårt ansvar som medlemmar i Borås GIF att alla känner sig välkomna. **Därför respekterar vi och behandlar alla lika. Vi hälsar alltid, engagerar oss i och ser varje person.** Vi vet att en god gemenskap gör oss till en ännu bättre förening. Alla ska känna att de är en del av GIF-familjen oavsett hur stor familjen blir.

GLÄDJE

Vi vet att en **positiv inställning gör skillnad**. Det märks i vårt arbete och smittar av sig till våra medlemmar och besökare. Det är vi själva som gör att **Borås GIF är och förblir en entusiastisk och tilltalande miljö att komma till**. Man ska längta till nästa aktivitet. **Vårt ledarskap bygger på att vi ser varje individ, ger kontinuerlig bekräftelse och positiv återkoppling**. Vi fokuserar på individens styrkor och skapar därmed en dynamisk och glädjefylld träningsmiljö för alla.

MOTION

Motion och rörelse är en central del i vår förening. Vi vill **erbjuda rörelseglädje för alla generationer** med stor valmöjlighet av aktiviteter. Vi vill **erbjuda stimulans och utvecklingsmöjligheter oavsett ambitionsnivå**. Vår arena ska locka till rörelseglädje för alla.

MERVÄRDE 1 - GIF FAMILJEN

På Borås GIF finns något för alla och vi arbetar hela tiden för att utveckla våra anläggningar, våra träningar och därmed den totala upplevelsen. **Alla - oavsett kön, könsidentitet, religion, ålder, etnicitet, funktionsvariation eller sexuell läggning ska känna sig varmt välkomna in i GIF-familjen.** När man kommer hit kan alla träna tillsammans - barn, unga, vuxna och äldre. Med välkomnande värme och engagemang skapar vi en tillhörighet till GIF-familjen

MERVÄRDE 2 - PRESTATIONSUTVECKLING

Vi erbjuder **möjlighet till prestationsutveckling**. Oavsett om din ambition är att komma igång med rörelse eller vill bli bäst i världen så hjälper vi dig. **Vi investerar i våra ledare och aktiva för en attraktiv och optimerad prestationsmiljö.**

Organisation

Borås GIF Arena, Knektås



Ungdomsstyrelsen Borås GIF Knektås

Alla ungdomar under 20 år
sammanträder 10 ggr per år



Sektionsstyrelse Borås GIF Knektås

Jonas Peterson Ordf
Maria Backlund Vice Ordf
Mikael Corbe Sekr
Morgan Larsson
Helena Engström

Carin Serrander
Thomas Almgren
Peter Weber
Fredrik Johansson

Arbetsgrupper

Ekonomi

Stugan

Aktivitet

Marknad

Arenan

Veteranerna

Skidskytte

Kontaktperson

Morgan Larsson
larsson@mbox316.tele2.se

Susanne Dahl
dahlsusanne@hotmail.com

Carin Serrander
carin.serrander@telia.com

Mikael Corbe
mikcor@me.com

Fredrik Johansson
emwfkj@gmail.com

Göran Svahn
olsvahn@hotmail.com

Mattias Lyckelid
mattias@lyckelid.se

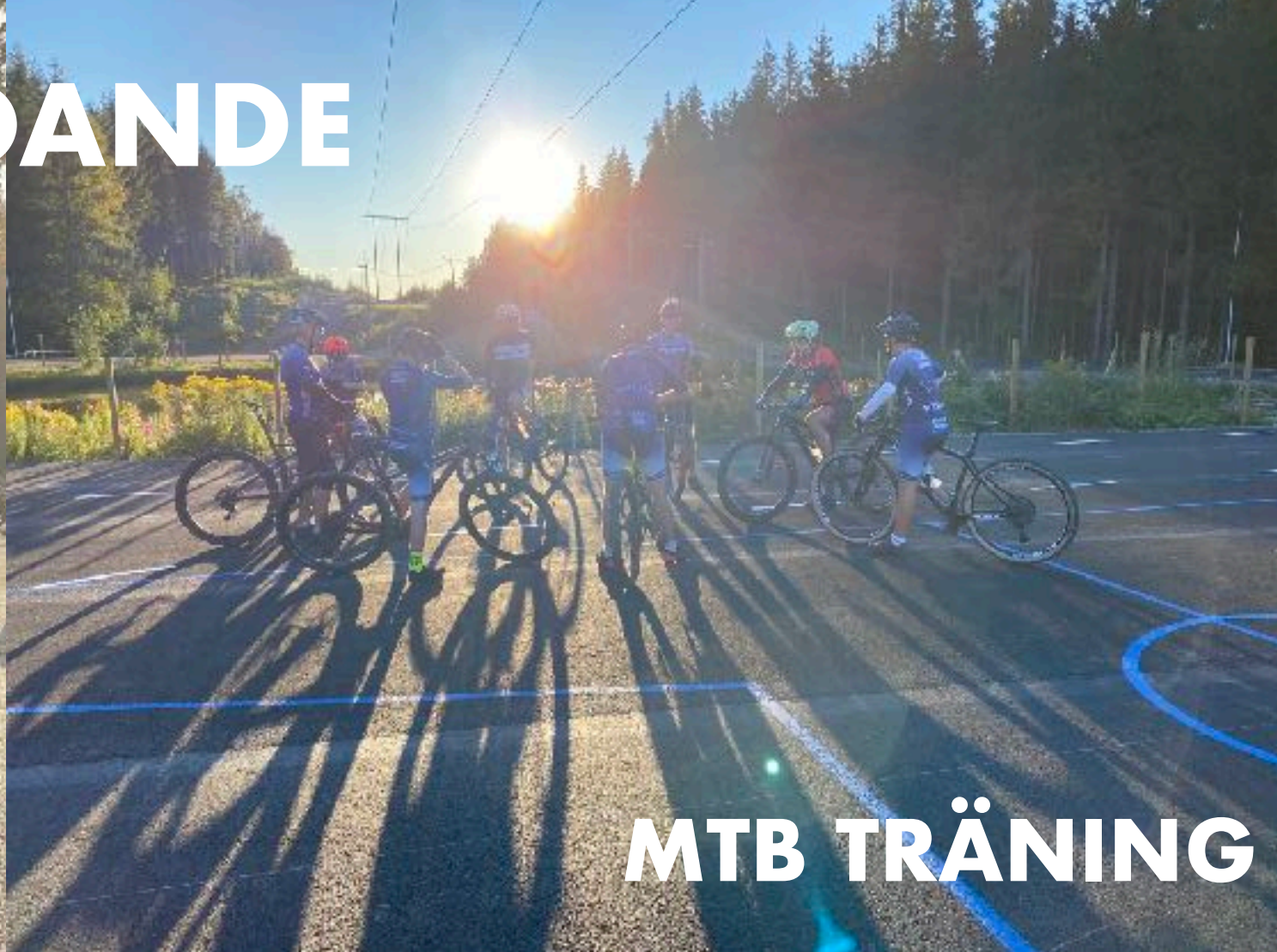


UNGDOMSSTYRELSEN

VÅRT AKTIVITETSERBJUDANDE



FUNKISTRÄNING



MTB TRÄNING



PADELTRÄNING



GIF STJÄRNOR



SKIDTRÄNING



ORIENTERING/ BARMARKSTRÄNING

TRÄNINGSMENYN

Mån 18.00-19.00 MTB. Grön, Blå och Lila gruppen

Mån 18.00-19.15 MTB. Guld, Röda och Svarta gruppen

Mån 18.00-19.00 Cirkelträning med Hanna

Tis 18.00-19.00 GIF stjärnorna ✨ Rörelseglädje, lek, stafetter, balans och utmaningar för alla med spring i benen 🏃💨🤸 mellan 5-8 år

Tis 18.00-19.00 Funkisträning, Orientering och styrkeövningar

Tis 18.00-19.30 Barmarksträning Blå&Svart grupp Orientering/Styrka Tema: Karta och Trailbana

Ons 18.00-19.30 MTB träning röd och svart grupp. GIF stugan.

Tor 18.00-19.30 Rullskidor Fri stil, Blå och Svart grupp. Vi kör också en prova på grupp för er som inte åkt rullskidor tidigare. Utrustning finns att hyra i stugan. Tema: Växlar

Sön 17.00-18.00 Cirkelträning med Carin

MEDLEMSSKAP

Aktiva medlemmar

(medlemsavgift och träningsavgift)

Barn (0-8)	300:-
Ungdom (9-25)	500:-
Vuxen (26-64)	800:-
Pensionär (65-)	750:-
Hela familjen	1 800:-

Är ni flera i familjen som är aktiva inom GIF, kan ni lösa ett familjemedlemskap. I det ingår både medlemsavgift och träningsavgift för alla i familjen. Familjemedlemskapet gäller för alla sektioner inom Borås GIF.

Stödmedlemmar

(medlemsavgift)

Barn/Ungdom (0-25)	100:-
Vuxen (26-64)	300:-
Pensionär (65-)	250:-

Det är samma avgift även om du är aktiv i flera sektioner i vår verksamhet i GIF. Åldersindelningen avser det år man fyller.

Betalning via bankgiro:

122-8345

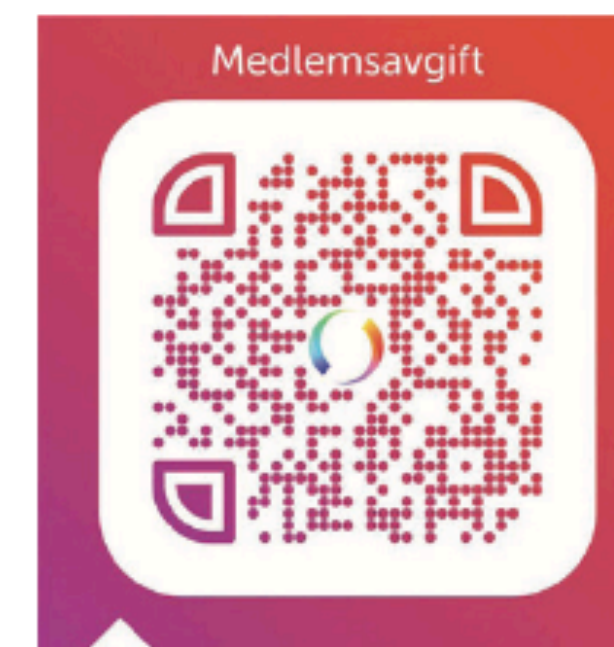
Betalar du via bankgiro är det viktigt att du anger **namn, personnummer, e-post samt sektionstillhörighet** i meddelanderutan.

Betala flera samtidigt? Ange då uppgifter för samtliga medlemmar som ni betalar avgifter för.

Betalning via Swish:

123 568 60 76

Ange ditt namn i Swishmeddelandet. Skicka sedan ett mail till info@borasgif.nu med namn, personnummer samt sektionstillhörighet för alla medlemskap. Ange alltså uppgifter för samtliga medlemmar som ni betalar avgifter för.



Swish. Betala enklare.

MEDLEMSSKAP

- Fri tillgång till all träningsverksamhet - Knektås och Sjöbo
- Fri tillgång till konstsnöspåret vintertid
- Rabatterat pris på padelbokningar

- Erbjudanden från våra partners

TRÄNINGSGRUPPER

GRÖN - NYBÖRJARGRUPP

Här är alla som vill prova på att cykla utanför de asfalterade vägarna välkomna. Det spelar ingen roll om barnet har springcykel eller vanlig cykel, dock fungerar det inte att ha stödhjul på cykeln. Det fungerar bäst med en cykel som är gjord för att köra i skogen med. Vi rekommenderar därför en cykel med växlar med lätt utväxling som är gjord för att cykla på stig med.

BLÅ - FORTSÄTTNINGSGRUPP

För dig som redan har provat på att cykla i skogen. Här behövs en MTB med bra växlar. I denna grupp cyklar vi enklare stigar i skogen och övar på att cykla uppför och nedför. Vi övar även på hur växlarna används och hur vikten ska fördelas vid olika situationer.

LILA - AVANCERAD BARNNIVÅ

I denna grupp förväntas det att barnet har bra koll på växlar och teknik. Vi cyklar rundor på upp till 3 km i skogen och övar på att förfina växlings- och bromsteknik.

TRÄNINGSGRUPPER

RÖD - UNGDOMSGRUPP

Vi cyklar längre rundor i skogen. Här krävs bra teknik och även kondition för att hänga med på rundor på ca 5 km.

SVART - AVANCERAD UNGDOMS / VUXENGRUPP

För dig som vill köra hårt och få tips på teknikförbättringar.

GULD - UNGDOMAR MED FOKUS PÅ KONDITION PÅ SKÖNA STIGAR

Gruppen är till för de mellan 11-16 år som vill cykla lite mindre tekniskt och mer böljande flowigt på sköna grusvägar och släta stigar. Vi fokuserar mer på utveckling av kondition och i lagom takt så angriper vi rötterna.

TRÄNINGSGRUPPER

GRÖN = 34 deltagare delade på 3 grupper (stängd med väntlista)

BLÅ = 40 deltagare delade på 4 grupper (stängd med väntlista)

LILA = 27 deltagare delade på 2 grupper (stängd)

GULD = 5 deltagare

RÖD = 20 deltagare delat på 2 grupper

SVART = 5 deltagare

Vi har 48 ledare på listan just nu!

TRÄNING

SÄKERHET. Säker cykel och säker hjälm. Bromsar och växlar skall fungera innan träningen börjar. Hjälmen sitter bra på barnens huvud. Byt hjälm ofta!

Grön och blå grupp. Vi önskar att föräldrar lämnar och hämtar sitt barn vid gruppens samlingsskylt. Vi vill också att föräldrar finns på plats på arenan för dessa grupper under träningarna.

TÄVLING

swecyclingonline.se

14/5 Ulricehamn

21/8 IK Trasten, Tranemo

28/8 Borås MTB Challenge

3-4/9 BCA Racet, Borås CA, Kransmossen

Info om anmälan och licens, se hemsidan,

<https://www.borasgif.se/mtb/#tavling>

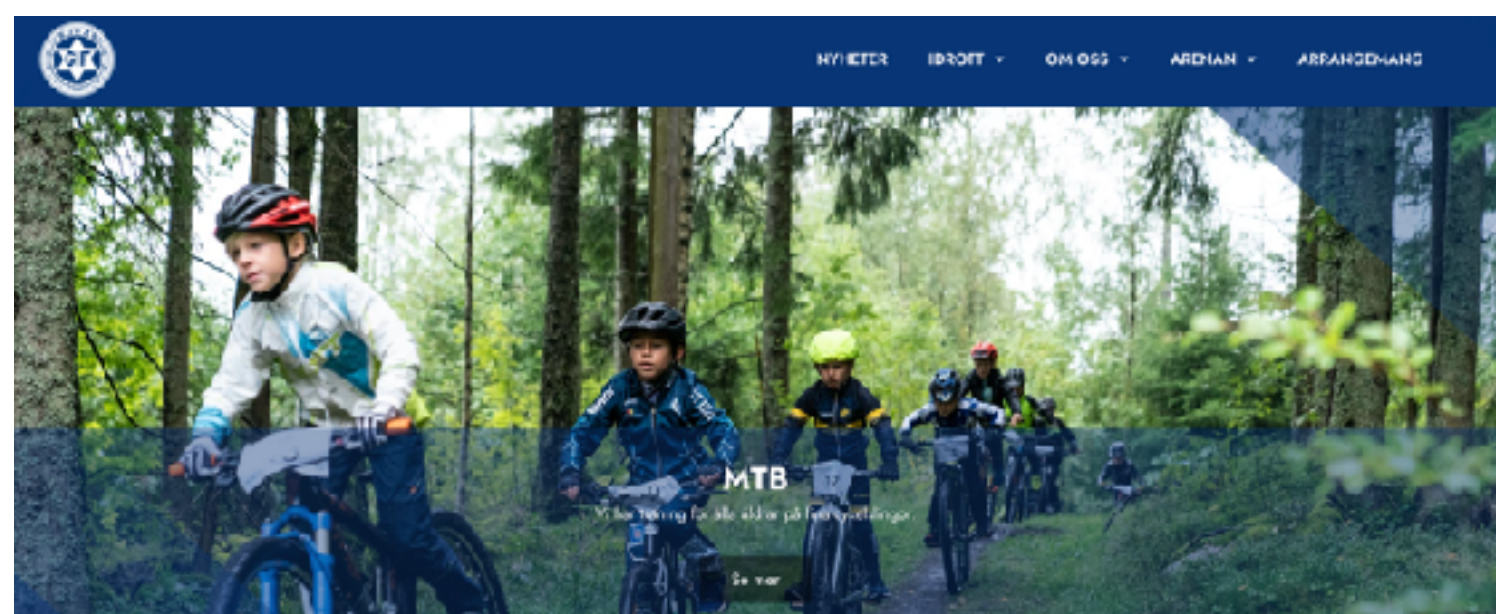
Finns alltid en Klubbansvarig på plats vid klubbältet

FÖRÄLDRAINSATS

- Tränaruppdrag
- Arbetsdagar 1/5 och 27/8
- Arrangemang, 15 maj Västgötaloppet, 28 Augusti Borås MTB Challenge
- Servering Vintertid

INFORMATIONSFLODE

- Nyhetsbrev
- Veckans träningsmeny
- Facebook
- Instagram
- Reception måndagar
- Borås GIF Knektås Idrottsloppis
- MTB ansvariga; David Neess, Petra Engström



FAMILJEDAG



VI BJUDER IN
TILL

FAMILJEDAG PÅ KNEKTÅS!

LÖR 30 APRIL 2022 KL.9.30-14.00
GIF STUGAN, KNEKTÅS

PRIOVA PÅ NYA SPORTER OCH HÄNG
MED KOMPISAR. HELA FAMILJEN ÄR
VÄLKOMMEN!



Valborgsmässoafton Lördag 30 april
Anmälan senast onsdag 27 april via
hemsidan



GEMENSKAP - GLÄDJE - MOTION



FRÅGOR?

GEMENSKAP - GLÄDJE - MOTION

