



Välkommen till Husums IF BK - Brottning

Husum brottning har funnits sen 1937 och har idag aktiva medlemmar från ca 6 år och uppåt. Klubben har fostrat ett flertal brottare som genom åren tagit SM placeringar samt hävdat sig internationellt.

Träningen bedrivs på: Sporthallen, Bruksvägen 169 896 32 Husum, nere i källaren

E-post adress: contact@husumbrottning.se

Hemsida: <https://www.husumbrottning.se/>

Mycket information finns att hämta på hemsidan, träningar, policys styrelse mm.

Grupper

Vi har två olika träningsgrupper: den yngre och den äldre. I den yngre gruppen tränar åldrarna 6 – 12 och i den andra gruppen tränar de som är äldre. Killar och tjejer tränar tillsammans, i dagsläget tränar killarna grek och tjejerna fristil i den yngre gruppen. I den äldre gruppen tränar alla fristil.

Träningar

Vi vill att alla som ska träna kommer i tid inför träningarna samt är ombytt så att det går att köra igång på utsatt tid. Tränare meddelas om man inte kan komma, detta sker genom en gruppchatt, via supertext, som man blir inbjuden till eller direkt meddelande till tränare.

Som nybörjare blir man först inskriven i klubben som "prova på" medlem, då täcks man även av klubbens försäkring om en olycka skulle vara framme. Man får prova på tre träningar, sedan ska medlems- och träningsavgift erläggas. Tränar görs i förslagsvis shorts, träningströja och tränings skor som nybörjare. När man tränat ett tag kan man köpa sig ett par brottarskor.

Då brottning är en väldigt fysisk sport så är det stort fokus på uppvärmning och kroppskontroll på träningarna. Träningen varvas alltså med lek, fysisk aktivitet, styrka, balans och brottargrepp. Huvudfokus är sin egen kroppskontroll. Barnen deltar utifrån sin egen kapacitet och utveckling.

Träningstider hittas på hemsidan.

Det är önskvärt att en vuxen är delaktig på första tiden tillsammans med sitt yngre barn, då det kan behövas en del stöttning i de olika övningarna.

Klubbarbete och försäljning

Det kommer att ske någon typ av klubbarbete och försäljning. Det är bra att ha lite extra pengar så att det kan gå tillbaka till de aktiva i form av subventioner vid läger och tävlingar.

Vi försöker ha en försäljning per termin, en på våren och en på hösten.

Vi anordnar en tävling per år i Husum, då behöver vuxna hjälpa till att ordna inför, på tävlingen och efter. Detta gäller främst för de familjer som tävlar, hjälp från alla uppskattas såklart.

Tävlingar

Se separat information

Trygghet

Tränarna försöker skapa trygga och välkomnande träningar.

Klubben följer de krav som ställs på utdrag ur belastningsregistret för dem som har med de aktiva att göra.

Personuppgifter hanteras i idrottonline. Idrottonline är ett digitalt verksamhetssystem som utgör basen för kommunikation och administration mellan medlem, idrottsförening, specialidrottsförbund och RF-SISU distrikten.

Vi ser gärna att man försöker samordna skjuts till och från träningarna för att tänka på miljön. Bussanlutning finns i bra tider via linje 417 till och från Örnköldsvik.

Delaktighet är viktig. Har du förslag så mottager vi dem gärna, vänd dig till någon av tränarna eller kontakta någon i styrelsen. Allt arbete i föreningen sker på ideell nivå, både av tränare, styrelsemedlemmar samt andra. Är du intresserad av att hjälpa till så mottages det gärna.

Avgifter

Medlemsavgift: enskild medlem 600 kr/år, familj 1100 kr/år

Träningsavgift: enskild medlem 800 kr/år, familj 1000 kr/år

Både medlemsavgift och träningsavgift ska betalas in, varje hösttermin. Alternativt när ditt/dina barn börjar.

Önskar du själv träna med ditt barn: 200 kr

Stödmedlem: 200 kr

Betalning sker till bankgiro 5846-8190 eller via swish till 1236278428 märk betalning med den aktives namn.