



NYHETSBREV

APRIL 2019

INNEHÅLL

1. Gradering för Frölunda Tigers
2. Gradering för barn, ungdom och vuxna
3. Årsmöte 17 mars
4. Nästkommande tävlingar
5. Tidigare tävlingar
6. Samarbete med Sponsorhuset
7. Kassören informerar
8. Hänt i lokalen
9. För företag – Sponsringsmöjligheter
10. 1 Dan-utbildning
11. Vårens ledarpass
12. Sommarläger i Falkenberg
13. Terminsavslutning
14. Länkar

1. GRADERING FÖR FRÖLUNDA TIGERS

Vi kommer gradera Tigers söndag 28 april i Frölundas lokaler. [Schema hittas på hemsidan.](#)

Graderingen kostar 250 kr och kommer faktureras till den epostadress som ni anger i anmälan. Sista anmälningdagen har redan passerats.

För er som har nybörjartigrar gäller:

- Det är lite som en uppvisning, lite som ett prov med gruppfoto efteråt.

- Barnen vänjer sig vid att "prestera" vid ett tillfälle som detta. Det är en mjukstart för graderingar senare, till högre bälten men också för tex prov i skolan.

- Man kan ta ikapp den vid uppsamlingsgradering men inte spara på sig flera terminers gradering och "komma ikapp" ifall man väljer att inte gradera sig.

2. GRADERING FÖR BARN, UNGDOM OCH VUXNA

Som vanligt så är graderingarna uppdelade på två veckor och två typer av graderingar.

Antingen graderar man sig under ett heldagsläger, lördag eller söndag, där graderingen varvas med fokuserad träning och utbildning. Eller så gör man det på en vardagskväll och då är det enbart skarp gradering utan någon träning/utbildning.

Vi rekommenderar alltid helgläger i första hand (För svartbälten är graderingsläger obligatoriskt.)

Kostnader och all praktisk information om graderingarna finns på [hemsidan](#) inklusive länk till anmälan som görs elektroniskt. Där hittar du även graderingskriterier och frågor&svar. Läs noga igenom all information så att du vet vad som gäller för dig/ditt barn. **Sista anmälningdag är 28 april!**

3. ÅRSMÖTE 17 MARS

Vid vårt årsmöte den 17 mars valdes en delvis ny styrelse enligt följande:

Ordförande Håkan Hansson
Sekreterare Markus Wittebo
Kassör Erik Ros
Ledamot Elvis Tulek
Ledamot Birgitta Attebo
Suppleant Jens Persson
Suppleant Jan Bylund

Verksamhetsberättelsen för 2018 och annan dokumentation hittas på [hemsidan](#).

4. NÄSTKOMMANDE TÄVLINGAR

STL 2 Skövde 13 April
Viking Cup Kids Skövde 14 April

[Läs mer om tävlingarna på hemsidan](#) så ni är väl förberedda. Schema, listor och annan info om tävlingarna finns som vanligt på www.iiruqi.se.

STL 3 / SM Södertälje 11 Maj
Lion Cup Linköping 25 Maj

Information om dessa tävlingar hittas på hemsidan inom kort.

Vi rekommenderar också alla tävlande, föräldrar och åskådare att läsa på hemsidan [om vad som gäller vid tävling](#). Regler, ha rätt utrustning och om att visa respekt!

5. TIDIGARE TÄVLINGAR

Under helgen 2-3 mars så ställde klubben upp på STL 1 (Svenska Taekwon-Do ligans deltävling 1) och Partille TKD Challenge som gick av stapeln i Partille Arena, Göteborg.

[Reportage och resultat hittar du på hemsidan](#).



6. SAMARBETE MED SPONSORHUSET

Vi vill återigen påminna er som gör olika nätköp att vi har ett samarbete med Sponsorhuset via <https://www.sponsorhuset.se/frolundatkdklub/>

Följande går att läsa hos dem:

Tänk att kunna stödja på ett nätköp man ändå skall göra! Vi på Sponsorhuset har som ambition att hjälpa er att tjäna pengar till föreningen, laget, skolklassen eller välgörenhetsorganisationen på enklast möjliga sätt. Vad kan då vara enklare att kunna stödja på ett nätköp man ändå skulle ha gjort, utan att det kostar personen något extra? Det finns idag 641 välkända nätbutiker att välja mellan och alla skänker pengar till vald förening om man handlar via Sponsorhuset.

7. KASSÖREN INFORMERAR

Vi har fortsatt arbetet med att förenkla vår administration och tog i början av vårterminen ett steg till då vi helt integrerade administrationen av vår Tiger-verksamhet. På det stora hela gick det bra även om det vara några medlemmar som råkade få dubbla fakturor. Vi kommer att trimma rutinerna lite inför nästa termin. Nu hanterar vi alla träningsavgifter på samma sätt, dvs att vi skickar ut fakturor via mail. Så gör vi även för graderingsavgifter.

Glädjande nog har vi nu nästan 1.000 medlemmar. I samband med att terminsstart och gradering får vi väldigt många frågor. Vi är ju en ideell förening och försöker svara så fort vi kan men ibland kan det dröja lite. Vi ber om förståelse för detta.

8. HÄNT I LOKALEN

Som ett led i vår satsning att vara Sveriges ledande taekwondo-klubb har vi gjort ytterligare investeringar i vår lokal. Vi har bland annat köpt in ytterligare mitsar och fysutrustning. Nu finns det bland annat två chinsstänger i C-Dojangen.

Tack vare vår sponsor Biljardpalatset har vi också införskaffat en ställning för träning av specialtekniker.

9. FÖR FÖRETAG - SPONSRINGSMÖJLIGHETER

Nu har vi utvecklat vårt erbjudande vad gäller sponsorer! Passa på att klicka er vidare till hemsidan [För företag](#) och se vad vi kan erbjuda i sponsorsamarbeten. Vi vill samtidigt passa på och tacka de företag som redan är involverade i klubben. Alla sponsorer kommer om en inte alltför lång tid synas här i Nyhetsbrevet, på Sociala medier och på en snygg plakett i klubblokalen.

10. 1 DAN-UTBILDNING

Vid totalt två tillfällen fördelat på 9 + 3,5 tim hölls under mars vårens 1-Dan utbildning.

Utbildningen är en frivillig kurs där samtliga svartbälteskraven, samt viktig repetition av färgbälteskraven, ingår. En gradering till svart bälte är en stor händelse som föregås av många års intensiv träning och utbildning, dessutom ofta med ytterligare tävlande, dömande, coachande, instruerande och ideellt arbete i klubben.



Utbildningens syfte är att ge deltagarna tydlig guidning i vilka krav som ställs samt verktyg hur man kan tänka och planera sin träning fram till graderingstillfället.

Vid vårens gradering deltog 14 elever från Partille, Kärra, Billdal och Frölunda Taekwon-Do klubbar. Instruktör och utbildare Markus Wittebo VI Dan, Frölunda Taekwan-Do klubb.

Vi önskar samtliga aspiranter lycka till i förberedelserna, så väl de som skall försöka redan i maj som de som har lite längre kvar till sin svartbältesgradering!

11. VÅRENS LEDARPASS

Som ett led i vårt kontinuerliga kvalitetsförbättringsarbete så arrangerar vi löpande ledarutbildningar varje termin. Under våren har redan två hållits med god uppslutning från våra instruktörer. Vid olika tillfällen behandlas olika ämnen som uppvärmning, fysträning, teknisk träning, kross/specialtekniker, sparring, ledarskap etc.

Vårens sista pass, tisdag 16/4, kl 19:00-20:30 hålls under påsklovet för att inte ta tid från ordinarie träningar, vi hoppas på lika god uppslutning även denna gång!



12. SOMMARLÄGER

Återigen är klubbens medlemmar, tillsammans med andra klubbar, inbjudna till sommarläger i Falkenberg 14-16 juni.

All information finner du på [hemsidan](#).



13. TERMINSAVSLUTNING

Terminen för våra Tigrar slutar i och med graderingen den 28/4. Vi hälsar er därefter välkomna igen till höstterminen. Håll utkik på hemsida och nyhetsbrev för att inte missa registreringen för hösten.

Terminen för våra övriga medlemmar fortsätter även under maj och sista träningsdagen blir söndagen den 2 juni. Håll utkik på hemsida och nyhetsbrev för information om aktivitet i samband med terminsavslutningen. Det kommer också hållas lite sommarträningsspass som vanligt, information anslås på hemsidan i slutet av terminen.

14. LÄNKAR



Vår Facebooksida:

<https://www.facebook.com/frolundataekwondo>

Vår stängda Facebookgrupp för medlemmar:

<https://www.facebook.com/groups/425860704>



Vår Instagramsida:

<https://www.instagram.com/frolundatkd/>

Hemsidan

Vår hemsida är vår officiella kommunikationskanal som vi uppmuntrar er till att gå in på minst ett par gånger i veckan för att hålla er uppdaterade.

<http://www.frolundataekwondo.se>