

## Träningar och träningsorienteringar

Träningsprogrammet finns som bilaga. Vi har träningar tisdagkvällar kl. 18.00. Plats för resp. träning meddelas på vår hemsida och annonseras under "klubbar" i PT. **Kartorna vid träningarna kostar 10 kr, gratis för PIF-ungdomarna t o m 20 år.** Önskvärt att deltagarna tar med sig egna plastfickor till kartorna.

Som framgår av träningsprogrammet turas medlemmarna om att ordna träningarna. Material för träningarna hämtas på kansliet. Kontakta kanslipersonalen. Det finns två lådor med det material som behövs för en träning (utom kartor). Behövs hjälp att ta ut kartor digitalt prata med kanslipersonalen eller Leif Eriksson, så kan de hjälpa till med detta. Träningslådorna får hämtas tidigast fredagen före träningen och skall återställas senast torsdagen efter träningen. Kartorna kan hämtas tidigare. Träningsarrangören ringer eller mailar in annons till PT (sporten, tel nr 645 40). Annonsera samma dag som träningen. Annonser om **natträningar** bör sättas in några dagar i förväg så man hinner ladda pannlamporna.

I varje träningslåda finns innehållsförteckning och instruktioner i en pärm samt ett **närvarokort som måste fyllas i** för att vi skall få träningsbidrag för deltagare 7-20 år. Resultatet av träningen lämnas **genast** efter träningen till **PT** och till PIFs kansli och skickas till **ovepers@telia.com** så att han kan lägga in det på vår hemsida. Ove vill ha resultatet via mail så att han kan lägga in det direkt.

Använd gärna EMIT-systemet på träningarna. Speciella instruktioner om hur man går tillväga finns i träningskartongerna. **Om klubbens EMIT-brickor lånas ut vid träning, så är det viktigt att se till att de återlämnas efter varje träningstillfälle.**

**OBS!** Alla lån, såväl av träningslådor som annat material från orienteringsrummet, måste skrivas upp i det anteckningsblock som finns. Kom också ihåg att stryka lånet när grejorna återställs.