

MGF Nyhetsbrev nr 3, augusti 2019

Hej och välkomna alla medlemmar!

Efter ett gediget pusslande med grupper, ledare, tider och allehanda önskemål är vi nu redo att köra igång en ny termin i Bollhalla. Vi växer för varje termin och har nu 50 grupper, ungefär lika många ledare och närmare 800 medlemmar.

För att kunna ta hand om alla barn har vi anställt en basgruppskoordinator, Elin Palm, som kommer att jobba deltid med oss. Många timmar i hallen i bas- och knattegrupper, men hon kommer även att vara bollplank till övriga ledare i dessa grupper.

I och med att vi växer så mycket finns det ett stort behov av en ändamålsenlig hall här på Åland. Projektet Gymnastikarena Åland är igång och det kommer du att kunna följa via vår hemsida och sociala medier.

För att få runt det ekonomiskt i alla våra satsningar behöver vi alla hjälpa till. Insatser under verksamhetsåret kommer att presenteras senare. Medlemsavgiften höjdes på årsmötet till 20,00. Alla som varit medlemmar (även stöd) HT18-VT19 kommer att få en faktura via epost för det kommande året. Är du inte längre med i föreningen eller väljer att inte bli stödmedlem, kan du ignorera fakturan. Vill du som förälder (eller andra i familjen) bli stödmedlem, betala 20,00 till konto FI97 6601 001 1018 80 med namn och födelseår i meddelandefältet. Tack på förhand!

Vi skickar ut ett nyhetsbrev några gånger per termin med viktig information om vad som händer i föreningen, när det är träningsuppehåll, tävlingar eller andra evenemang.

På vår hemsida hittar du alla viktiga dokument, de senaste nyhetsbrev, information om grupper, avgifter och schema. Vi kommer att lansera vår nya hemsida inom kort, därav en något uppdaterad hemsida just nu.

Vår Facebooksida är vår mest aktiva kanal där vi lägger upp vad som händer i föreningen tex evenemang, nya grupper och inslag från tävlingar och läger.

För ytterligare kommunikation har varje disciplin varsin Facebook-grupp, som bla finns till för extra info och där ni föräldrar kan ställa frågor.

MGF Bas och Freegym (alla grupper med en färg i sig samt Freegym tisdagar)

MGF Trupp/Teamgym (Cosmos, Calypso, Phoenix och Bellatrix)

MGF Trampolin (alla trampolingrupper)

MGF Cirkus

MGF Superteens (boys och girls)

AG-grupper: alla har en egen för att kunna skilja på alla tävlingar och liknande och de är uppbyggda enligt systemet MGF Brons 1, MGF Silver 2...

Man är själv ansvarig för att man går med i rätt grupp och går ur en grupp som inte längre är aktuell.

Några viktiga kom ihåg:

- Koden till Bollhalla är 1930
- Är man tidig sitter man ner och väntar tills den egna ledaren kommer. Man får inte vara på redskapen innan träningen börjar. Det är otroligt trångt i salen och därför är detta ytterst viktigt.
- Syskon får inte leka i hallen under träning, gäller även gropen.

MGF Nyhetsbrev nr 3, augusti 2019

- Lämna skor och ytterkläder i omklädningsrummen.
- Långt hår ska vara uppsatt, lämna smycken och klockor hemma.
- Inga speciella kläder behövs, vanliga gymkläder. Bylsiga kläder blir bara i vägen. Inga skor. Barfota går bra eller tossor.
- Kom i tid till träningen och även vid hämtning.
- Märk kläderna
- Man behöver inte meddela sporadisk frånvaro, men **oanmäld frånvaro tre gånger i rad = förlorar sin plats**. Ska man på resa eller är sjuk länge, meddela info@gymnastik.ax så att vi vet att ni inte vill sluta ☺

Terminsstart och -tider

- Terminsstart för AG-grupperna samt Trupp Bellatrix och Phoenix är vecka 34.
- Terminsstart för övriga barngrupper är vecka 35.
- Terminsstart för vuxengrupper och grupper för barn i behov av särskilda insatser är vecka 36 (Basgrupp Gredelin och Basgrupp Röd)
- **Obligatoriskt föräldramöte onsdagen den 21.8 kl 18.00. AG-grupper samt Trupp 1 Bellatrix och Trupp 2 Phoenix kl 19.00.**
- Ingen träning hela vecka 42, gäller alla grupper om inte ledaren meddelar om annat.
- Ingen träning 6.12.
- Finlandssvenska mästerskapen i Mariehamn 9-10.11 – avvikande träningstider
- Terminen slutar vecka 50 (avvikelser kan förekomma)

Terminsavgifter

- Terminsavgifterna skickas ut genom vårt faktureringsystem, Membra, via e-post i september. En lista över avgifterna finns på hemsidan.
- Avgifterna är baserade på antal timmar i salen, vilket innebär att knattegrupperna nu mera har samma pris som övriga barngrupper.
- Vänligen respektera förfallodag. Behöver du dela upp fakturan eller några dagar extra, går det utmärkt. Ta då kontakt med mig på info@gymnastik.ax så löser vi det.

Träning för ungdomar (16+) och vuxna

- **Nytt!** Calisthenics – styrketräning med kroppen som redskap. Tisdagar 20.00-21.30. Bygg upp styrka och teknik för muscle ups, press till handstående osv. Inga förkunskaper krävs, men bra om du varit till ett gym eller tränat lite grann i alla fall. Terminsavgift 115,00. Anmäl intresse till info@gymnastik.ax.
- Kravlös trampolinträning på onsdagar 20.00-21.30. Uppvärmning, förövningar, grundövningar och vidare till raka hopp, volter och skruvar. Nivåanpassad träning. Terminsavgift 115,00. Anmäl intresse till info@gymnastik.ax.
- Gratis prova på onsdagen den 28.8 kl 20.30-21.30. Drop in.

Kalas i hallen: Det finns möjlighet att boka hallen för kalas. Tiderna som är bokningsbara är i första hand lördagar kl 13.00 eller 14.00. Saltiden är 1h och därefter möjlighet till fika i konferensrummet. En till två ledare från MGF är med och håller uppvärmning, dagens utmaning och finns därefter till hands. Det är ingen ledarledd lektion utan någon vuxen måste vara med i salen under hela timmen. Eftersom kalas inte tillhör vår kärnverksamhet kan det hända att vi inte har tillgängliga ledare alla helger eller har andra evenemang och då kan kalas heller inte ordnas. Hör av er i god tid och ca två veckor innan det önskade datumet får man reda på om en ledare finns tillgänglig. Priset för medlemmar är 100 euro för upp till 10 barn och 120 euro för 11-20 barn. Det finns inte tillgång till kök och fikar ordnar man själv.

MGF Nyhetsbrev nr 3, augusti 2019

Har du frågor, ta då kontakt! Gärna dagtid, eftersom vi på kvällarna är i salen eller har gått hem för dagen ☺ Lättast att mejla eller messa, så tar vi kontakt. Notera även att vi inte har kontorstid eller läser mejl under helger.

Är du inte längre medlem i föreningen och jag har missat att uppdatera registret, ta kontakt så tar jag bort dina uppgifter.

Ylva Watkins, verksamhetsledare. Tel 0457-3433899, info@gymnastik.ax

Malin Pussinen, huvudtränare. Tel 0457-3428335, mgfmalin@idrott.fi

Elin Palm, basgruppskoordinator. Tel 0457-3667107, parkkinen.elin@gmail.com

Vi hör!

Mvh,

Ylva Watkins

Vi vill rikta ett stort tack till våra sponsorer, ni är med och gör vår verksamhet möjlig!

ÅLANDSBANKEN

Optinova

LOKALTAPIOLA
ÅLAND
Hälsa • Ekonomi • Trygghet

schakten.ax

ÅLAND

MARKET

VIKING LINE


profil
huset

W
D
DAHLMANS

Tervetuloa - Välkommen
Paipis Centralbod

Ömsen
FÖRSÄKRINGAR