

Informasjonsskriv til rekrutt foreldre

Planen for treninger frem til og med mars 2022 finner dere i eget dokument. Denne legges også ut på hjemmesiden, samt blir tilgjengelig i [klubbens aktivitetskalender](#). Dere finner også link til presentasjon fra foreldremøte [her](#).

Tirsdager

Tirsdager vil treningene for det meste foregå inne i gymsal på Finstad skole. Vi vil i perioden frem til jul ha en del lek med ballspill og orienterings relaterte leker disse tirsdagene.

Torsdager

De neste torsdagene vil det arrangeres Øst-natt-cup: sprint orientering enten i gate, eller på Bråteåsen. Foreldre oppfordres her til å delta, enten for å løpe med sine egne barn ved behov, eller for å delta selv 😊.

Ha med en god hodelykt til disse øktene (dersom dere ikke har, ta kontakt med meg for å låne (evt. anbefalinger ifht. kjøp).

Innendørs klubbmesterskap natt med klubbutviklingsmøte og pizza

Torsdag 18. november vil det arrangeres innendørs klubbmesterskap natt med klubbutviklingsmøte og pizza. Her er alle velkomne til å delta, både utøvere og foreldre. Utviklingsmøte er greit å få med seg da alle har mulighet til å komme med innspill, og det blir gjerne informert om flere ting som skjer i den kommende sesongen. Utviklingsmøtet denne gangen har spesielt fokus på rekruttering.

Juleavslutning

Det vil være en felles avslutning for alle grupper **torsdag 16. desember**. Vi trener først ute en times tid, før vi trekker oss inn i Skihytta i Lørenskog for julegrøt med mandel, quiz og sosialt.

Nyåret

På nyåret vil vi fortsette mye på samme måte som før jul, men vi vil trekke oss mer ut på tirsdagene for skilek og uteaktiviteter. Da vil vi trolig også prøve oss på noe ski-orientering 😊 hvis forholdene tilsier det. Enkelte torsdager på nyåret vil det arrangeres gate-o-løp med pizza. Da oppfordres igjen foreldre å være med for enten å skygge sine egne, eller å løpe selv.

Vi planlegger også å ha en trening fra SNØ med slalåm og snowboard. Foreslått dato er **1. mars**. Gi gjerne tilbakemelding om denne datoen passer/ikke passer.

Samlinger

Den første samlingen som kommer, **familiesamling på Budor, vil arrangeres 28-30 januar**. Denne samlingen er det i hovedsak rekrutt foreldre som har ansvar for.

Kontakt meg gjerne snarest om du har mulighet til å arrangere/hjelpe til å arrangere denne samlingen. En rammeplan for Budor samlingen ligger ute på Østmarka sin hjemmeside fra tidligere år.

Link til tidligere innbydelse for Budor samling: <https://www.ostmarkaok.no/pamelding-familiesamling-budor/>

Nordjysk samling i Danmark vil arrangeres 11-13 mars. Påmelding kommer, samt innbydelse. Dette er også en sosial familiesamling for alle klubbens medlemmer. Vi vil bo på Skallerup seaside resort med badeland rett ved hytteområdet vi skal bo ved. All booking av hytter, billetter til ferje og påmelding til løp ordner klubben.

Link til tidligere innbydelse for Nordjysk samling: <https://www.ostmarkaok.no/bli-med-til-nordjysk-2019/>

Dugnader

Klubben har forskjellige dugnader i løpet av året for å hjelpe med klubbens inntekter. Den største av disse er Blomsterdugnaden i desember. Da trenger klubben så mange frivillige som mulig til å hjelpe med å være blomster bud. Her vil det være første mann til mølla prinsippet når det kommer til hvilken dag og når på dagen en kan kjøre blomster. Informasjon om dette kommer. Link til tidligere innbydelse for blomsterdugnad:

<https://www.ostmarkaok.no/blomsterdugnad-2019/>

Den andre dugnaden klubben kjører er park-o karusellen som går på våren og på høsten. Her er det ønskelig at spesielt rekrutt foreldre er med og hjelper til. Park-o karusellen fungerer også som rekruttering for klubben, nettopp for å gjøre gruppen 7-12 år større. Link til tidligere innbydelse for park-o-karusell: <https://www.ostmarkaok.no/pamelding-til-park-o-karusellen-er-apnet/>

Informasjonskanaler

Jeg vil i hovedsak bruke Spond for alle arrangement og aktiviteter. Dersom det er noe som legges ut i andre kanaler, som e-post og Facebook, vil jeg informere i Spond og linke til den aktuelle siden. Hvis det er noe dere lurer på noe kan dere kontakt meg der, alternativt på 4842 0862 / [alxlinlokken\(at\)gmail.com](mailto:alxlinlokken@gmail.com)

Andre ting det kan være greit å få med seg:

For de som ikke er meldt inn i klubben, se gjerne denne linken:

Innmelding i klubb: <https://www.ostmarkaok.no/klubb/bli-medlem/>

Bestilling av klubbtoy vil foregå mellom 28. oktober og 7. november:

Klubbtoy: <https://www.ostmarkaok.no/bestilling-av-klubbtoy-2021h/>

Annen praktisk informasjon for nye medlemmer i klubben finner dere her:

Praktisk informasjon til utøvere og foreldre:

<https://www.ostmarkaok.no/utover/rekrutt/ovrig-informasjon/>

Nytt foreldremøte våren 2022.

Hilsen Alexandra