



Viktige datoer for rekrutter 2010 - 2012 høsten 2018

Fredag 17. august	Første trening etter lang sommerferie! Samme treningstid som før fredag 17.00-18.00 på stadion.
Lørdag 18. august	Sildastimen. Barneløp i Haugesund Sentrum!
Onsdag 22. august	Haugesund Sparebank Cup 3/4 (Stegaberg IL) Påmeldingsfrist: 19.08.18 Haugesund Friidrettsstadion.
Onsdag 12. september	Haugesund Sparebank Cup 4/4. Påmeldingsfrist 9.09.18. Haugesund Friidrettsstadion.
Fredag 28. september	Kveldsmat etter trening 17:45 – 18:15. (Vi trenger 6 foreldre som hjelper til) Serveres i kafeteria i 2. etasje i DeepOcean Arena.
Uke 41 8.-12. oktober	Høstferie - ingen trening denne uken.
Fredag 19. oktober	Det blir ikke trening innendørs denne fredagen pga. forberedelser til Djupadalten.
Lørdag 20. oktober	MINIDALTEN!! For de i familien som er litt eldre kan vi anbefale Skeisdalten (3,7 km) eller Djupadalten (9,3 km.) For påmelding: https://haugesundil.no/blog/2018/08/pamelding-djupadalten-2018/
Fredag 26. oktober	Første innendørstrening etter høstferien.
Fredag 9. november	«Foreldre med på trening» trening! Foreldre er velkommen til å delta på treningen. Etterpå koser vi oss med boller oppe i kafeteriaen. Disse må vi ha hjelp av foreldre til å bake.
Fredag 7. desember	Nissestevne med tilbehør! Her trenger vi foreldre til måling og tidtaking! Dersom noen tenker å handle HIL- klær i julegave anbefaler vi å ta en tur innom Macron sin butikk i Karmsundsgata.
Fredag 4. Januar 2019	Første trening etter Jul/Nyttår!
Tilslutte en viktig beskjed til alle dere foreldre!	Vi trenere har i oppgave å lage gode treninger som fenger barna. Dere foreldre har i oppgave å motivere og legge forhold til rett slik at barna får det best mulig rent praktisk når de er på trening. Vi ber dere om å se til at barnet deres har gode sko til trening, rett tøy som passer til aktivitet og til det været som er den aktuelle dagen treningen pågår. Det vil si ikke tunge jakker og regntøy, men treningstøy som beskrevet under datoen 4.januar! Dersom barnet er i dårlig form, for eksempel vondt i mage eller hodet, så la det få bli hjemme. Dette er til det beste for barnet, men også for oss andre på trening.

Lykke til alle sammen med et godt friidrettshalvår!!!