

INTRODUKTION TILL NYA MEDLEMMAR

Välkommen till Trollhättans Skid- och Orienteringsklubb.

TSOK är en fleridrottsförening och våra idrottsgrenar är för närvarande Orientering, Skidor och Cykel. Gemensamt för våra idrotter är att vi umgås killar och tjejer, yngre och äldre tillsammans. Vi gillar skog och natur som också är vår idrottsarena.

SKIDSTUGAN I STRÖMSLUND

TSOK äger Skidstugan med kringliggande byggnader och arrenderar marken av Trollhättans Stad. Förskolan Ur & Skur hyr dagtid delar av stugan. Efter kl 18.00 och helger disponerar klubbmedlemmar Skidstugan. Medlemmarna hjälps åt att hålla stugan i gott skick. Skidstugan är normalt låst, koden som gäller fram till 21.00 kan erhållas av vårt kansli. Koden ska inte spridas till andra än medlemmar. Efter kl 22.00 aktiveras ett automatiskt inbrottslarm.

Tisdagar och torsdagar mellan 17.00-20.00 håller vi skidstugan öppen för allmänheten. Då är receptionen bemannad av en stugvärd.

TSOK PERSONAL

TSOK har två anställda medarbetare som har till uppgift att stödja föreningens verksamhet. Eva Gunnarsson är kanslist och är anträffbar mellan kl 10-12. Stefan Hornebrant har hand om vaktmästerisysslor samt stöder tränare i deras förberedelser. Han är säkrast anträffbar mellan 12-14.

TRÄNING

Grunden för vår verksamhet är organiserad barn- och ungdomsträning. Vuxna som vill träna brukar hänga på de äldre ungdomarnas träningsaktivitet. Vi ser gärna att föräldrar är med på de yngre barnens aktiviteter. Det brukar bli en uppskattad stund.

Det är välkommet att starta kompletterande träningsgrupper inom klubben – kontakta aktuell idrottssektion. Träningsläger är en kompletterande aktivitet som skapar god klubbgemenskap.

För att träningen inte ska krocka för mycket mellan Cykel och Orientering så är veckodagarna fördelade så att Cykel ha träningsaktivitet på måndagar och onsdagar medan orientering tränar på tisdagar och torsdagar. Skidträning sker under snösäsongen.

Under vinterhalvåret finns det möjlighet att vara med på "Fredagsfys" som sker i Torsbohallen.

ÖVRIG INFORMATION

Via Klubbens Hemsida (www.tsok.se) finns möjlighet att få information om och anmäla sig till olika aktiviteter. Information finns även på klubbens anslagstavlor i Skidstugan samt facebook.

Klubben har flera återkommande arrangemang bl.a. Kraftprovet och Vikingaträffen. Att hjälpas åt med arrangemang är roligt och skapar gemenskap i klubben. Våra arrangemang är även en viktig inkomstkälla för klubben. Vår verksamhet är ideell vi bidrar alla med olika bakgrund och erfarenheter.

TSOK subventionerar klubbkläder till barn och ungdom och kläderna går att beställas 2 ggr/år. Ibland arrangeras en bytesmarknad i Skidstugan.