

## Smålands motions och friskvårskommitté minnesanteckningar 24/5 i Åseda

- Projektansökan för kommande inspirationsträffar sammanställdes. Kostnader för föreläsare, resekostnad, ersättning för förtäring, material och övrigt. Innehållet kommer att vara i samma anda som tidigare träffar – kommittémedlemmar delger inspiration/info om olika motionsaktiviteter samt om naturpassets olika delar. En föreläsare ger ytterligare inspiration. Viktigt är också erfarenhetsutbyte mellan klubbarna. Träffar planeras i:  
Berga (oktober) för ex Alstermo, Kexholm, Viljan, Hultsfred, Målilla. Ledare från oss är Percy och Eva. I Tranås (nov - dec) ex Aneby, Grännabygden, Sol Tranås, Torpa 64 (Ledare Maria och Eva). I vår Värnamo (Ledare Anita och Maria). Nybro (Ledare Percy ev. någon mer) Ev. kommer vi även att ha någon mer träff i Jönköpingstrakten senare under året.
- Medlemmarna delgav varandra information om olika arrangemang som anordnas i hemtrakterna.  
Percy redogjorde för Torsås Kultur och idrottsskola som anordnas av kommunen. Han säger att det är en ypperlig verksamhet där 8-åringar får prova olika idrotter och hantverk m.m. med 3 gånger orientering under maj månad. Märks att de som är med får en positiv bild till att prova på orientering även när de blir lite äldre. Klubben har även fått fler till sina kurser sedan de döpt dem till "Orientering för alla" istället för nybörjarkurs. Ungdomens 5-dagars har de ändrat till "omvänd" start vilket givit roligare sista dag för de som inte ligger så bra till.

Maria berättade om Bredaryds solskola där de har ungdomar som ledare. Anita berättar att man kan göra det som ett projekt för unga-ledarutbildning och om man vill låta dem avsluta med en Solutbildning

Eva berättade om Västerviks satsning på motionsorientering som har slagit väldigt väl ut. På friskvårdskvällen kom förutom klubbmedlemmar ett drygt 15-tal "nya" intresserade som inspirerades väl av naturpasscoach Karin Holm. Uteaktivitet "pricka din egen tid" och bästa tid (runt klubbhuset med sportident) var användbart till senare motions-ol – för att förstå vikten av att tömma pinne m.m. På sex motionsorienteringar under våren har det varje gång kommit mellan 7-17 "motionärer". Av dessa har sex börjat på en vuxenkurs – alla dessa har sedan valt att bli medlemmar. En bieffekt vi inte räknat med är att arrangemangen har givit våra yngsta ungdomar möjlighet att prova lite svårare banor eftersom vi la de fyra första i känd terräng. Dessutom en naturlig tempoökning på träningen för alla.

- Novemberkonferensen : Maria berättar att det inte kommer att vara lika mycket gemensam tid som tidigare. Vi beslutade undersöka möjlighet för att få en föreläsning från Spirea 1 ½ timme enligt delar från deras programinnehåll. Eva ger information om motionsorientering och visar de enkla och gratis uppladdningsbara program som kan användas till liknande lokala tävlingar. Som uteaktivitet undersöker vi möjlighet för att vi kan visa precisionsorientering. Om det är ok att vår kommitté har aktiviteten. Samt om det går att ordna någon karta. Maria kollar detta och om det finns någon utövare som kan instruera

Eva ersätter Maria på augusti-mötet med SmOF 30/8

Motions och friskvårskommitténs nästa möte måndag 13/9 kl. 17, 30 i Åseda