

Välkommen

som medlem
till



Bowlingklubben BK Frisk

BK Frisk är en gammal anrik förening som bildades 1940.

Föreningen är idag hemmahörande i Bellevuestadion.

Vi är ca 45 aktiva spelare, varav ca 60% är ungdomar.

Klubbens A-lag spelar i div 2. Föreningen har även ett Farmar-lag i div 3.

Hemsidan

Surfa in på vår hemsida www.bkfrisk.se.

Där hittar du bl a klubbens stadgar, laguttagningar för veckans seriematcher, serietabeller, snittlistor, övrig klubbinfo mm.

För att som medlem komma åt allt på hemsidan måste du ha ett användarnamn (ditt förnamn) och lösenord. Det får du genom att skicka ett e-mail med ditt namn och önskat lösenord till Tommy Eklund, tommy.eklund.vasteras@gmail.com.

BK Frisk har även Facebooksida där den senaste informationen presenteras.

Träning

Föreningen bedriver tränarledd verksamhet både i gruppform samt i mer individuell utsträckning efter spelarens önskemål och behov.

Klubben har tillgång till en steg 3 tränare samt ett flertal steg 2 utbildade tränare. Dessutom finns fler resurspersoner med tidigare tränarerfarenhet att tillgå inom föreningen.

Utrustning

Du behöver inte köpa någon utrustning när du börjar träna. Du får låna skor och klot i bowlinghallen.

När du senare vill köpa eget utrustning så hjälper vi dig gärna med råd om vad du skall köpa.

Vi tränar i Bellevuestadion

Tisdagar

Juniorer, Seniorer o Ungdomsgrupp 1 kl 18-19 under ledning av tränare

Onsdagar

Ungdomsgrupp 2 kl 18-19 under ledning av tränare

Hösttermin

vecka 34-51

Vårtermin

vecka 2-20

Tävlingar

Månadstävling för alla den första tisdagen/onsdagen i månaden.

KM för Ungdomar, Juniorer och Seniorer spelar vi en gång i bortahall och en gång i hemmahall per säsong. Resultaten räknas ihop.

Seriespel

A-lag i div 2 och Farmar-lag i div 3.

Till A-laget blir de för tillfället bästa spelarna uttagna, men i farmar-laget får alla som vill turas om att vara med.

Gå in på hemsidan www.bkfrisk.se och titta om du blivit uttagen samtidigt som du kan bekräfta din uttagning.

Kostnader

Ungdom (tom 16 år)	Medlemsavgift	205 kr/år
	<i>(inkluderar licens och försäkring)</i>	
	Träning tisdag/onsdag:	900 kr/termin
Junior (17-21 år)	Medlemsavgift	330 kr/år
	<i>(inkluderar licens och försäkring)</i>	
	Träning tisdag/onsdag:	900 kr/termin
Studerande på heltid (högskolenivå)	Medlemsavgift	Motsvarande ålderskategori
	Träning tisdag:	900 kr/termin
	Seriematch:	25 kr/serie
Seniorer (över 21 år)	Medlemsavgift	400 kr/år
	Licens <i>(inkl försäkring)</i>	375 kr/år
	Träning tisdag:	350 kr/månad
	Träning Lösspel	100 kr/gång
	Seriematch	25 kr/serie
	Lottbefrielse	100 kr/månad

BK Frisks PlusGiro: 575138-3

Nybjörjare får provspela 3 gånger á 50 kr.

Dessa 150 kr har man tillgodo om man därefter blir medlem.

Resor till matcher står klubben för.

(Blankett för reseräkning finns på hemsidan, www.bkfrisk.se.)

Vi samlas vid Bellevuestadion och samåker sedan till matchen.

Kontaktuppgifter

Ordförande	Joakim Ek 0705-18 16 91 <i>joakim.ek@swebowl.se</i>
Lagledare A-lag	Tommy Eklund 072-725 77 60 <i>tommy.eklund.vasteras@gmail.com</i>
Lagledare Farmar-lag	Se hemsida under resp laguttagning.
Lagledare Ungdoms-lag	Se hemsida under resp laguttagning.