



## ÅRSHJUL FOR MEDLEMMANE I ØRSTA SYMJEKLUBB (pr. 2016)

### Hautsesongen:

- Medlemmane får høve til å ta distansemerker på trening, desse vert delt ut på klubbstemne.
- Klubbstemne medio desember for alle. Deltakarmedalje.
- Juleavslutning med pizza og brus.

### Vårsesongen:

- Klubbmeisterskap medio mai for alle. Deltakarmedalje. Trofé til klubbmeister jente og gut.
- Utdeling av 3, 5, 7 og 10 års pokal. (Kriterier for pokal: medlem i 3, 5, 7, 10 heile sesongar eller kalenderår.)
- Utdeling av gåvekort på kinobillettar til medlem med best oppmøte på trening gjennom heile sesongen, på kvart parti.
- Avslutning med bollar og brus.

### Treningsdagar i Volda:

- Vi tilbyr alle symjarane 2-3 treningsdagar i symjehallen i Volda kvart halvår.

### Stemne:

- Vi tilbyr symjarane å delta på nokre eksterne stemner kvart halvår; til dømes Julelauget i Volda og Vårduppen på Nordfjordeid. Andre stadar vi tilbyr stemne kan vere: Brattvåg, Ålesund, Molde. Nokre stemner er for både rekrutt og open klasse, andre stemner berre for dei i open klasse.