

### Medlemsförsäkrans Svenska Frisksportförbundet:

Jag sympatiserar med frisksportens helhetssyn sådan den är formulerad i förbundsprogrammet och förbinder mig att i frisksportsammanhang inte förtära drycker som innehåller mer än 2,25 volymprocent (=1,8 viktprocent) alkohol eller använda tobak eller narkotika i någon form.

### Frisksportlöftet:

“Jag förbinder mig att inte i något sammanhang förtära drycker som innehåller mer än 2,25 volymprocent (=1,8 viktprocent) alkohol eller använda tobak och narkotika i någon form.”

Att avge och leva enligt frisksportlöftet är obligatoriskt för medlemmar som fyllt 12 men inte 18 år och löftet ska förnyas varje år. För medlemmar över 18 år är frisksportlöftet frivilligt. Avgivet frisksportlöfte gäller så länge medlemskapet består eller tills man skriftligen avsäger sig löftet. Medlemmar under 12 år bör inte avge löftet.

För medlemmar som avgivit Frisksportlöftet samt för medlemmar mellan 12-18 år förnyas löftet automatiskt när medlemsavgiften betalas till FK Björken.



**FRISKSPORT**  
BJÖRKEN

Adress  
FK Björken c/o Martin Karlsson  
Gamla Klubbetorp  
640 20 Björkvik

Telefon  
0706-75 44 35 (Martin, kassör)  
0736-92 23 10 (Lovan, ledare)

E-post [bjorken@frisksport.se](mailto:bjorken@frisksport.se)

Hemsida [www.frisksport.se/bjorken](http://www.frisksport.se/bjorken)

Bankgiro 5875-6198

Swish 1236151998

Verksamhet  
Trampolin/Cirkus/Tablå

Ellen Holmsten  
Annedalsvägen 42  
16870 Bromma



**FRISKSPORT**  
BJÖRKEN

BjörkenNytt  
2/2017

## VÄRMANDE HÖST

Nu är äntligen hösten här med krispig luft och härlig sol! Ut och njut med en picnick i det gröna. Och regnar det kan man alltid gå in i en idrottshall och jonglera, hoppa trampolin eller bygga tablåer. Hur som helst så är det nu dags att träffa alla kompisar i skolan och på aktiviteterna på kvällarna. Håll i hatten om det blåser.

### RAPPORTER

**Uppvisning** – Det var många som kom och åt tårta med oss i samband med vårt första firande av vår 50-årsdag! Medlemmarna bjöd på en bejublade show.

**Nationaldagen** – Klubben var med i firandet i Stadsparken och allmänheten fick prova på vår verksamhet.

**Cirkusskolan** – 37 deltagare lärde sig alla momenten i Cirkusskolan, så som jonglering, trampolin och mänskliga pyramider.

**Katrineholmsveckan** – Klubben medverkade med prova på-verksamhet tillsammans med 20 andra föreningar. Stadsparken var fylld av glada barn.



### KLUBBEN FYLLER 50 ÅR!

Detta firar vi med en lysande uppvisning strax innan jul.

### UPPVISNING I FLEN

Söndagen den 27 augusti visar klubben upp sig i Sveaparken i Flen, i samband med "Hyresgästens dag". Kom gärna och hjälp till i både show och vid prova på. Vi är där 13-16. Klubben bjuder på glass.

### TRAMPOLIN/CIRKUS/TABLÅ

Höstterminen drar igång **den 29 augusti** klockan 17.00 (18.00, andra gruppen)

### HÖSTKURS

Den 6-8 oktober bjuder förbundet in till en helg med många möten och mycket rolig information. Anmäl dig på [frisksport.se](http://frisksport.se)

### MEGAHELG

10-12 november bjuder Värnamo Frisksportklubb in till en fartfylld helg på Tinas Ö. Klubben ordnar gemensam resa till självkostnadspris.

### UPPVISNING

Klubben bjuder in till uppvisning där medlemmarna visar vad de lärt sig. Tisdagen **den 5 december klockan 18.00** i Nävertorpshallen => Cirkusartisterna träffas senast klockan 17.00 (båda grupperna)

### AKTIVITETER

Frisksport arrangerar många aktiviteter i hela landet. Kom ihåg att surfa in på [www.frisksport.se](http://www.frisksport.se) lite då och då för att hålla dig uppdaterad.



Vi önskar alla medlemmar en skön höst!  
/FK Björken