

Medlemsförsäkrans Svenska Frisksportförbundet:

Jag sympatiserar med frisksportens helhetsyn 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

Hemsida www.frisksport.se/bjorken

Bankgiro 5875-6198

Swish 1236151998

Verksamhet
Trampolin/Cirkus/Tablå

«Adressblock»



FRISKSPORT
BJÖRKEN

BjörkenNytt
2/2015

Sommar och sol!

Efter en aktiv vår är det dags att varva ner och ta det lugnt i sommar... ELLER INTE! Föreningen har ett fullspäckt program i sommar som ni alla är välkomna på. Och däremellan kan man åka för att bada, sola, träffa kompisarna och äta mycket glass!



RAPPORTER

- Avslutningen. Tack alla cirkusartister för en fantastisk show och tack publiken för alla applåder! => Grattis till er som vann i vårt jongleringslotteri och tack för alla bidrag.

TJÖHÖO

Kom ihåg att det finns Frisksports t-shirtar att köpa för 100 kr styck och de finns i flera färger. Prata med Lovisa om du vill ha en egen Frisksport t-shirt.

NATIONALDAGEN

Den 6 juni kommer föreningen vara i Stadsparken på Nationaldraget. Vi visar upp oss för allmänheten 11.00–13.00, vill ni komma och hjälpa till så kom en halvtimme tidigare för att öva in till den uppvisning vi gör på scenen kl 11.00. Kontakta Lovisa på 073-6922310.

Ca kl. 15.20 kommer Bengt att få sitt stipendium på scenen. Missa inte det!

RIXLÄGER

Vecka 28 är det dags för Rixläger. I år är vi på Stensund som ligger i Trosas skärgård. Missa inte en hel vecka full av sportiga, kluriga, roliga, mysiga och skrattretande aktivitet för alla åldrar. Åk med familjen över en dag eller två, eller varför inte hela veckan? Mer info hittar du på www.frisksport.se.

CIRKUSSKOLAN

Vecka 31 kommer Cirkusskolan till Järvenhallen i Katrineholm. Kl. 9-12 är barn och ungdomar 6-9 år samt kl. 13-16 är barn och ungdomar 9-16 år välkomna! En hel vecka med Cirkus, Trampolin och akrobatik. Anmäl dig och dina kompisar på www.cirkusskolan.frisksport.se.

TRAMPOLIN/CIRKUS/TABLÅ

Vi drar igång igen den 18 augusti kl. 16.30–18.30 i Nävertorpshallen. Välkommen tillbaka in i hallen för en fartfylld höst!

AKTIVITETER

Frisksport arrangerar många aktiviteter i hela landet. Kom ihåg att surfa in på www.frisksport.se lite då och då för att hålla dig uppdaterad.

FACEBOOK

Gå med i vår grupp på Facebook! Om du inte har Facebook, be gärna någon du känner gå med så du får se informationen.

Vi önskar alla medlemmar en riktigt trevlig sommar!
/FK Björken



FRISKSPORT är en idé om hur vi skall leva för att må bra och ha kul tillsammans.

För att DU ska må bra måste du sköta din kropp. Motionera, äta sunt och inte förstöra den med tobak, alkohol och andra droger.

För att VI ska må bra måste vi dela upplevelser och känna gemenskap, Skratta, umgås och trivas.

För att ALLA ska må bra måste vi hjälpas åt. Ta ansvar för vår miljö och för jordens överlevnad. Lära känna andra människor och kulturer samt leva i fred med varandra.