

# Oppskrift på levering til Jardarposten

## Bilder

Sjekk at kvaliteten er god, det vil si aller helst 1 megabyte pr. bilde.

Bildene må inneholde Jardarutøvere/trenere/ledere/foreldre/frivillige/styre eller ansatte.

Ikke uskarpt. Ikke sett bildene sammen i en collage. Ikke send på webtransfer.

Send bilder på en eller flere mailer. Bildene som vedlegg.

Holder med fire-fem.

Husk fotografens navn.

Husk navn fra venstre på de som er med på bildet. Og første rekke fra venstre, hvis det er et par rekker i et lag. For barn må foreldre godkjenne.

Husk bildetekst og det vi kaller et inngangord. Eksempel her:

Gull. Ida Hansen hoppet fire meter i Jardarkollen og satte ny personlig rekord.

## Teksten

Ikke skriv alt for langt. Har du mye på hjertet, kan det kanskje spares til neste gang.

Ta gjerne et intervju med noen involverte. Det gir mer innhold enn "bare" et referat.

Tradisjonelle referater er kjedelige av typen: 11. mars møtte vi på klubbhuset. 13 stilte opp og vi skulle på turnering i Danmark. Alle hadde med matpakke, så vi slapp å stoppe med det samme.

Finn heller noen andre poenger ved turen. Hva oppnådde dere? Hva betydde det for samholdet? Hva er neste prosjekt? Skjedde det noe spennende der? Møtte kjendiser/andre idrettsutøvere osv.

Meninger i en artikkel er også fint: "Derfor bør Jardar osv. ....

Husk navn på forfatteren.

## Generelt

Ikke utsett innlevering til siste frist. Send så fort du har noe. Rekker du bare å sende bilder og ikke har tid til tekst, si hvem som skal ringes opp - type trener/utøver. Og legg ved mobilnummer.

Normalt er fristen 20. mars - 20. mai - 20. september og 20.november.

Fra dere leverer og Jardarposten er i postkassa, tar det tre uker med å lage bladet, lese over og ta korrektur, trykke og få sendt i posten.

