

Instagramkonto for Innstranda Idrettslag

Hei!

I Innstranda Idrettslag har vi bestemt oss for å opprette en Instagramkonto der vi skal dele innhold som omhandler klubben. Det vi vil vise frem er alt fra konkurranser/kamper/stevner/turneringer til treningshverdagen til våre medlemmer.

I den sammenheng ber vi dere som trenere og ledere for de ulike gruppene i Innstranda Idrettslag om å dokumentere nettopp disse hendelsene. Nå som det er vintersesong hadde det vært fint å få litt ekstra innhold fra de grenene som er i sesong nå (håndball, basket, langrenn, skiskyting, IU-gruppa).

Under finner dere en punktliste med diverse innhold vi ønsker fra dere. Dere trenger ikke å sende inn noe fra hvert punkt, men for å lage et godt innlegg burde vi få inn minst to av følgende punkter:

1. **Videosnutter av gruppa som trener i lag**, helst fra flere distanser (noen oversiktsvideoer og noen «nærvideoer»)
 - Videoene bør være mellom 10 sekunder og 3 minutter
 - Dere trenger ikke å klippe og redigere videoene, det ordner vi
2. **Oversiktsbilder av gruppa som trener**
3. **Bilder av noen utøvere fra nærmere hold**
 - Man skal kunne se personene på bildet
 - Vil tro +- 10 meter er en fin avstand
 - Bildene foretrekkes å være av utøvere i aktivitet
4. **Gruppebilder før/under/etter trening**
5. **Bilder/video av noen som viser fram kule ferdigheter**
 - Det kan være en ny teknikk de har øvet inn, en finte, et skudd, et raskt løp osv.

Konkurranser, reiser og annet innhold

Dersom gruppa di deltar i noen konkurranser, vil vi gjerne høre om dette! Da gjelder samme punktliste som ovenfor. Om dere reiser for å delta i konkurranser hadde det vært fint om dere kunne dokumentere disse reisene også. Idéer til hva dere kan sende inn er

1. **Bilder/videoer av selve reisen**
2. **Sosiale aktiviteter (både sportslige og utenomsportslige)**
3. **Lag/gruppebilder av de som deltar**
 - Gjerne inkluder resultat fra konkurransen, spesielt hvis dere føler dere har prestert bra!

Dersom deres gruppe gjør noe annet spennende, så er det bare å dele dette med oss!

Innsending og kvalitet

Fra dere mottar dette skrivet håper vi på en jevnlig strøm av innhold i løpet av året. Som sagt ønsker vi å høre fra alle gruppene, og det hadde vært supert å høre ekstra fra de gruppene som er i sesong.

Vi forventer ikke at dere skal stille med profesjonelt kamera. Et vanlig telefonkamera fungerer fint til både bilder og videoer. Bilder og videoer sendes inn via Dropbox. Man trenger ikke å ha bruker på Dropbox for å gjøre dette. Det eneste dere trenger å gjøre er å klikke på lenken under, og deretter på «Legg til filer». Vi setter pris på om dere også sender en e-post til martine@iil.no med noen stikkord/setninger om innholdet slik at vi kan lage en fin tekst til Instagram. Husk å marker e-posten med hvilken gruppe e-posten kommer fra (f.eks. fotball j11).

Lenke til innsending av filer: <https://www.dropbox.com/request/C3mUi3WxPDcz4qB1XfVs>.

Spørsmål?

Har du spørsmål angående innsending, hva dere skal filme/ta bilde av, eller noe annet relatert til prosjektet, ikke nøl med å ta kontakt på martine@iil.no.

Husk å følg oss på Instagram: @innstrandaidrettslag

Vi gleder oss til å se resultatet!

Mvh

Martine

Innstranda Idrettslag