



SMILUKA



GRATIS «DROP-IN» AKTIVITETER I HØSTFERIEN RENA IDRETTSPARK FOR 5.-10. KLASSE I ÅMOT

	MAN	TIRS	ONS	TORS
	Ansvarlige: Susanne/Erling	Ansvarlige: Turid/Hanne	Ansvarlige: Hanne/Natalia	Ansvarlige: Ragnhild/Turid
6.-9.okt				
11 - 13	Fotball 2/3 Taekwondo 1/3 Kl 11.30 Vannlek (husk badetøy/håndkle)	Lek & moro 1/3 Innebandy 2/3	Sving 1/3 Lek & moro 1/3 OPPTATT 1/3	Turn 1/3 Fotball 1/3 OPPTATT 1/3
13-13.30	Lunsj & frukt	Lunsj & frukt	Lunsj & frukt	Lunsj & frukt
13.30-15	Basket 1/3 Friidrett 1/3 Taekwondo 1/3	Håndball 2/3 Boullering (klatring) Kl. 14 Liv-redning (Norsk Folkehjelp) 1/3	Innebandy 2/3 Familiespill, bord- tenni, fotballspill etc. 1/3	Håndball 1/3 Fotball 2/3 Kl 14.30 Felles leker som avslutning
17-19		Svømming & lek Nb! Kveldstid!		

INFO & REGLER

Dette er et tilbud i forbindelse med Verdensdagen for psykisk helse, et samarbeid mellom Åmot kommune (psykisk helse & rus, ungdomsklubben, FYSAK) og Mental Helse Åmot.

Samarbeidspartnere; Forsvaret, Åmot Bygdekvinneklubb, Taekwando og Rena IL.

- ☺ Alle aktiviteter er «prøve-på aktiviteter» dvs du trenger ikke å kunne noe fra før.
- ☺ Bruk innesko & husk; matpakke og egen drikke.
- ☺ Alle deltar på egen ansvar – privat forsikring gjelder.
- ☺ Alle får «gratis fruktbeleg» kl 13.
- ☺ FOLKEBADET er åpent som vanlig i høstferien med ord. priser.

Har du spørsmål, kontakt Susanne Frenningsmoen; 47 47 58 81.