

HALDEN SKIKLUBBS BARNEIDRETTSKOLE

Ukeplan vår 2012. Gruppe 2 - barn født 2006 og 2007

Treningstid: Mandag kl. 17:45-18:35. Instruktører: Lene og Trine-Lise

Uke	Dato	AKTIVITET	Sted	Klotteslett	Kommentarer
2	9.1.	Aktivitet i gymsal	Låby	17.45-18.35	
3	16.1.	Aktivitet i gymsal	Låby	17.45-18.35	
4	23.1.	Aktivitet i gymsal	Låby	17.45-18.35	Ski/Aking hvis snø. Dette blir dere informert om via E-post.
5	30.1.	Refleksløype	Venås	17.45-18.35	Oppmøte på parkeringsplassen rett nedenfor hytta. Ta med lykt og drikk. Ta på klær etter været og godt skotøy. Vi stiller med litt bål-mat. Foreldre bør være med og må ta med egen lykt.
6	6.2.	Aktivitet i gymsal	Låby	17.45-18.35	Ski/Aking hvis snø. Dette blir dere informert om via E-post.
7	13.2.	Aktivitet i gymsal	Låby	17.45-18.35	Ski/Aking hvis snø. Dette blir dere informert om via E-post.
8	20.2.	Vinterferie			
9	27.2.	Aktivitet i gymsal	Låby	17.45-18.35	
9	Søndag 4.3.	Svømming	Remmen	10.00-11.00	For hele familien. Barn må være i følge med voksne!
10	5.3.	Aktivitet i gymsal	Låby	17.45-18.35	
11	12.3.	Aktivitet i gymsal	Låby	17.45-18.35	
12	19.3.	Aktivitet i gymsal	Låby	17.45-18.35	
13	26.3.	Aktivitet i gymsal	Låby	17.45-18.35	
14	2.4.	Påskeferie			
15	9.4.	Påskeferie			
16	16.4.	Aktivitet i gymsal	Ertehytta	17.45-18.35	Aktivitet i gymsal på Ertehytta. Bommen er åpen fra kl. 17:30.
17	23.4.	Orientering	Rødsparken	17.45-18.35	Møt opp ved Fjøskafeen.
18	30.4.	Friidrett	Halden Stadion	17.45-18.35	Friidrett Halden Stadion
18	Mandag 1.5.	Høiåsdagen, aktiviteter for hele familien	Høiås	fra ca. kl. 11	Se HA og www.haldensk.no for nærmere informasjon.
19	Onsdag 9.5.	FELLES AVSLUTNING	Høiås	17.30-19.30	Felles avslutning for hele familien og for alle partier på idrettsskolen.

Velkommen til Idrettsskolen 2011/2012 - vi håper dere får et morsomt og lærerikt år !

Fint om dere husker følgende:

- Vi tar forbehold om endringer i programmet dersom noe uforutsett skulle oppstå. **Info sendes pr. e-post.** Vennligst sjekk med instruktør at vi har registrert riktig adresse. Endringer sendes til barneidrett@haldensk.no.
- Vær oppmerksom på at vi skal være forskjellige steder og forskjellige tider enkelte ganger.
- Vi vil være en del ute – i all slags vær

Aktivitet i gymsal

I disse timene kommer vi til å gjøre mange forskjellige aktiviteter, alt fra leker til spesifikke øvelser innenfor forskjellige idretter. Det er mye løping og aktivitet med ball, og derfor **viktig med gode innesko!**

Svømming

Vi har leid bassenget på Remmen søndag 4. mars fra kl 10.00 til 11.00. Dere er velkommen sammen med familien! Vi stiller med to personer med gyldig livredningsprøve, men alle barn må ha med seg foreldre/foresatte som selv har ansvaret for å passe på egne barn. For ikke å ha for mange personer i vannet samtidig, har vi delt inn i to puljer. Sjekk planen!

Skøyter

Vi kommer til å forsøke å få leid Ishallen. Vi ønsker i tilfelle å invitere hele familien. Ta med skøyter og hjelm hvis dere har. Ellers er det mulig å låne utstyr i Ishallen. Også her må alle barn ha med seg foreldre/foresatte som selv har ansvaret for å passe på egne barn.

Høiåsdagen:

Mandag 1. mai arrangerer Halden Skiklubb Høiåsdagen fra ca. kl. 11.00. Her er det mulighet for natursti opp til Høiås, flere forskjellige aktiviteter oppe på tunet, salg av mat med mer. For nærmere informasjon følg med i HA og på Halden Skiklubs hjemmeside i dagene før arrangementet for mer informasjon.

Avslutning på Høiås

Onsdag 9. mai er det avslutning for idrettsskolen 2011/ 2012 på Høiås. Forskjellige aktiviteter, litt mat og premie til alle som har deltatt. Hele familien er velkommen.

Vi ønsker velkommen til et nytt og spennende halvår på idrettsskolen. Ikke nøl med å gi tilbakemelding, både ris og ros. Ta kontakt dersom dere lurer på noe.

Instruktører: Trine-Lise Lexerød
Lene Larsen

Tel.: 91 72 21 65
Tel.: 41 44 49 44

E-post: nilex@c2i.net
E-post: lela09@handelsbanken.no

Finn mer info om Halden skiklubb på: www.haldensk.no



Halden Skiklubb - Barneidrettsgruppe