

# UFO - Ung frisk opplevelse

## UFO - Ung frisk opplevelse

### i Halden Skiklubb



Lek, moro, kart, søle, orientering, sykkelturn, skrekk o-gru, refleksløyper, UFO-Challenge, ski og akebrett, sporsista, pizzafest, overnatting, vafler og mye mye mer.



#### Høres/ser dette spennende ut?

For barn i skolealder finnes det et tilbud om spennende aktiviteter i UFO med Høiås som utgangspunkt. Aktivitetene er varierte og tilpasset de ulike årstidene. Etter trening er det mulighet for dusj/badstu, en matbit, kanskje en vaffel og sosiale aktiviteter inne på hytta.

UFO trener fast **hver torsdag på Høiås kl. 18 – ca. 19**, og har i tillegg et tilbud om løp og aktiviteter for de som ønsker dette. Disse aktivitetene kan foregå midt i uka eller en dag i helgen, alt etter hvilken aktivitet det er snakk om.

UFO har treninger hele året, bortsett fra i skolens ferier

**Vi ønsker deg hjertelig velkommen til Høiås torsdag kl. 18.00. Hvilken torsdag velger du selv, vi tar imot nye barn/ungdom fortløpende, men forsøker å samle en del nye på torsdag 25. august. Da vil alle trenerne og UFO gruppa være tilgjengelige.**

Vi trener ute, så ha på treningstøy som passer for aktivitet i naturen.



For mer informasjon, kontakt Claus Norsted, tlf: 90 17 24 10

epost: [ungdom@haldensk.no](mailto:ungdom@haldensk.no)

**Er du usikker på om dette er noe for deg – kom og prøv da vel!**

Ønsker mamma eller pappa å trene samtidig er det alltid noen å kunne trene sammen med.

