



Telefonliste allidrettsutvalget:

Irena Svelle: 95028573	Gunhild Haave: 99 26 99 98
Einar Tjøme Davidsen:	

Finne utstyr/saftservering/rydding

Ta ut utstyr: Ansvarlige for 7-9 år	Rydde: Ansvarlige for 10-13 år
Servere saft: Ansvarlige for 3-5 år	

- Aldersgruppene er inndelt etter det året de fyller år.
- De fleste aktivitetene er hentet fra <https://aktivitetskassen.no/>
- Dersom det ikke passer den dagen du er oppsatt er det fint om dere bytter internt.

Tirsdag 28.8

Oppvarming : Alle mine kyllinger

3-5år	Onkel skrue /tarzanløype/lengde/60 m	Ida Hamilton/Marius Røed Sveipe (reserve Gunhild Haave)
6 -9år	Tarzanløype/Nøttesamler/lengde/høyde/60 m	Irena Svelle/Hanne Bjercke
10-13år	Høyde/lengde/flaggleken/ /Stjernestafett/400 m	Randi Myhr
Mosjon	Gå tur	Organiserer selv
Kl 18.50: Alle som vil, møtes på bana. Det blir 60m for de minste og 400m for de største.		

Tirsdag 4.9

Oppvarming : Haien kommer

3-5år	Alle mine kyllinger/pop corn dansen/ tarzanløype/60 m	Einar Tjøme Davidsen /Gunhild Haave
6 - 9år	Tarzanløype/liten ball/ambulanse, pest og dokter/60 m	Irena Svelle/ Marianne Paulsen Isum
10-13år	Skiskyting	Agnethe Skattebo/Svein Jetlund
Mosjon	Gå tur	Organiserer selv
Kl 18.50: Alle som vil, møtes på bana til 60 m.		

glede-allsidig-raus-mestring-sosiale ferdigheter-rask-flest mulig lengst mulig-smidig-basis



Tirsdag 11.9

Oppvarming: Pop corn dansen

3-5år	Hopp over streken/lengde /tarzanløype/lengde (?) /60 m	Edvard Hamilton/Hanne Bjercke
6 -9år	Sykkelløype. Ta med hjelm og refleksvest.	Agnethe Skattebo /Randi Myhr
10-13år	Sykkeltur. Ta med hjelm og refleksvest	Svein Jetlund
Mosjon	Gå tur	Organiserer selv
Kl 18.50: Alle som vil, møtes på bana. Det blir 60m for de minste og 400m for de største.		

Tirsdag 18.9

Oppvarming: Alle mine kyllinger

3-5år	Balltog/ ballregn/tarzanløype/60 m	Ruth Marie Dahlum Holmen/Gunhild Haave
6- 9år	Orientering	Svein Jetlund/ Einar Tjøme Davidsen
10-13år	Orientering	
Mosjon	Gå tur	Organiserer selv
Kl 18.50: Alle som vil, møtes på bana. Det blir 60m for de minste og 400m for de største		

Tirsdag 25.9

3-5år	Avslutning på Fron Badeland for alle som har vært med på allidrett i høst
7-9år	
10-13år	
Aktiv	
Mosjon	



Forslag til flere aktiviteter: <https://aktivetskassen.no/>

- Lengde
- Høgde
- Liten ball
- Spyd
- Stafett
- Sykkel
- Rulleski
- Hopp
- Tarzanløype
- Lek med ball
- Stjernestafett
- Nøttesamler
- Stiv heks
- Troll og stein
- Posemonstersisten
- Alle mine kyllinger
- Nappe hale
- Troll og stein
- Hoppe tau
- Flaggleken
- Hoppe stafett
- Hauk og due
- Haien kommer
- Ambulanse, pest og dokter
- Balltog
- Terningstafett
- 40 leken

glede-allsidig-raus-mestring-sosiale ferdigheter-rask-flest mulig lengst mulig-smidig-basis