



### Telefonliste allidrettsutvalget:

Irena Svelle: 95028573	Karen Anna K. Bredeveien: 97628253
Margit Steberg : 90771560	

### Finne utstyr/saftservering/rydding

Ta ut utstyr: Ansvarlige for 1. - 4. klasse	Rydde: Ansvarlige for 5. – 7. klasse
Servere saft: Ansvarlige for Barnehagebarna	

- De fleste aktivitetene er hentet fra <https://aktivetskassen.no/>
- Dersom det ikke passer den dagen du er oppsatt er det fint om dere bytter internt.
- **Viktig med medlemskap i Sør-Fron IL, hovedlaget, på grunn av forsikringer ved skade.**

### Tirsdag 29. august: Oppvarming : Alle mine kyllinger

Barnehagebarn	Onkel skrue/ambulanse, pest og dokter/tarzanløype/60 m	Einar D. og Mari Elise S
1-4.klasse	Tarzanløype/Nøttesamler/lengde/høyde/60 m	Hanne B og Margit S
5. -7. klasse	Høyde/lengde/flaggleken/ /Stjernestafett/400 m	Svein J og Irena S
Aktiv	Kondisjon / stjernestafett/400 m	
Mosjon	Gå tur	Berit /Wenche
Kl 18.50: Alle som vil, møtes på bana. Det blir 60m for de minste og 400m for de største.		

### Tirsdag 5. september: Oppvarming : Nøttesamler

Barnehagebarn	Hinderløype/lengde/onkel skrue/tarzanløype/60 m	Einar D. og Hanne B
1-4. klasse	Sykkel hinderløype. Ta med hjelm og refleksevest.	Wenche L og Margit
5- 7. klasse/ Aktiv	Sykkeltur. Ta med hjelm og refleksevest	Svein J og ???
Mosjon	Gå tur	Berit
Kl 18.50: Alle som vil, møtes på bana til 60 m.		

### Tirsdag 12. september : Oppvarming: Alle mine kyllinger

Barnehagebarn	Posemonstersisten/onkel skrue/lengde/Tarzanløype/60 m	Ruth Marie D H og Marius R S
1-4. klasse	Tarzanløype/Stjernestafett/hest og kjerre/100m	???

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



5-7. klasse/ Aktiv	Løping og luftgeværskyting /100 m	Randi M og
Mosjon	Gå tur	Berit/Wenche
Kl 18.50: Alle som vil, møtes på bana. Det blir 60m for de minste og 100m for de største		

Tirsdag 19. september: Oppvarming: Posemonstersisten		
Barnehagebarn	Tarzanløype/nappe hale	Ruth Marie D H og Karen Anna B
1-4. klasse	Ambulanse, pest og doktor/400 m	???
5.-7. klasse/ Aktiv	Stafett med terning/ 400 m	Agnethe S og Randi M
Mosjon	Gå tur	Berit og Wenche
<b>Kl 18.30. Premieutdeling</b>		

Tirsdag 26. september:		
Barnehagebarn	<b>Badeland</b>	Foreldrene har ansvar for sine barn.
1-4. klasse		
5. -7. klasse		
Aktiv		
Mosjon		
Ingen egenandel for medlemmer i ski- og friidrettsgruppa.		

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

- Lengde
- Høgde

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



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