

## Idrettsskolen (30 uker)

Idrettsskolen er en introduksjon til idrettene i idrettslaget. Vi legger vekt på samhold og sunne aktiviteter. Innholdet er varierte aktiviteter, som skal motivere barna og gi positive opplevelser. De vil få oppleve flere idretter og selv finne ut av hva som er gøy og spennende. Idrettsskolen har gode instruktører og en størrelse på gruppene som gjør at alle blir sett.

### Treningstider

**Gruppe 1** har trening mandager kl. 16.00 – 16.55

**Gruppe 2** har trening mandager kl. 17.00 – 17.55

Aktivitet	Oppmøte/henting	Uker
Orientering	Langsetløkka	35 tom 39
Basket	Stadionhallen – Grefsen Stadion	41 tom 45
Håndball	Stadionhallen – Grefsen Stadion	46 tom 50
Alpin	Stadionhallen / Trollvann	2 tom 6
Langrenn	Langsetløkka	7, 9, 10, 11 og 12
Fotball	Utebane / Stadionhallen	17 tom 21

Uke 40–høstferie | Uke 8–vinterferie | Uke 15/16 - påskeferie

### Pris og påmelding

kr. 2.200,- for hele sesongen (\*eks. medlemskontingent kr. 475,-)

Påmelding og betaling på: <https://www.deltager.no/idrettsskole>

### Kontaktperson:

Hege Kommandantvold , e-post: [allidrett@kjelsaas.no](mailto:allidrett@kjelsaas.no),

Mobil: 926 20 885

Begrenset plass, 40 barn per gruppe, totalt 80 barn.

Første mann til mølla!

Barna må leveres og hentes på oppgitte arenaer for aktivitet. Idrettslaget har ikke ansvar for barna før eller etter aktivitet.

Forbehold om endringer av tider, uker og oppmøtesteder.