

INFORMASJON OM MOVE IT – UKEN

2019 i høstferien!

7. – 11. oktober (klokken 09-14:30)

Hva er Idrett Bergen Sør?

Idrett Bergen Sør er en forening bestående av idrettslagene Fana, Gneist, Bjarg, Smørås og Kalandseid. Vi fokuserer på folkehelse, og har ulike aktivitetstilbud for ulike målgrupper. Idrett Bergen Sør har 4 ansatte som har ulik utdannelse innen idrett, folkehelse, pedagogikk og idrettspsykologi. Alle de ansatte har god kompetanse i forhold til å tilrettelegge aktivitet for ulike målgrupper, og har som fokus å gi alle muligheten til å oppleve mestring gjennom fysisk aktivitet. Gjennom de ulike idrettslagene har vi tilgang til en rekke ulike aktiviteter, utstyr og anlegg.

Vi i Idrett Bergen Sør skal arrangere aktivitetsuke i høstferien i samarbeid med Bergen kommune Etat for Idrett. Vi ser frem til å gjenta denne varierte og aktive uken, som vi håper blir en like stor suksess i år også.

Hvem er aktivitetsuken for?

Aktivitetsuken er for barn som går i 3-7. klasse. Det er ikke nødvendig med bosted i Fana eller Ytrebygda, men deltakerne må møte opp ved enten Kaland idrettshall, Fana Arena, klatreparken Høyt og Lavt på Nesttun eller Sandslihallen hvor aktivitetsuken finner sted. Det vil bli to dager ved Kaland idrettshall. Mer informasjon om hvor man skal møte opp de ulike dagene vil bli sendt ut i god tid. Fredagen avsluttes med en felles dag på Fana Arena hvor det legges opp til en rekke ulike aktiviteter, deltakerne vil være der hele dagen. Aktivitetsuken er passende både for barn som er aktiv og har erfaring fra ulike idretter, og for dem som ikke har vært noe særlig aktiv tidligere. Under aktivitetsuken er det lagt vekt på variert aktivitet hvor barna får mulighet til å prøve helt nye aktiviteter og ikke minst oppleve mestring!

Adresser å forholde seg til:

Fana Arena: Slåtthaugveien 144, 5222 Nesttun

Sandslihallen: Sandslivegen 100, 5254 Sandsli

Kaland idrettshall: Osvegen 335, 5229 Kalandseidet

Klatreparken Høyt og Lavt på Nesttun: Osvegen 141, 5227 Nesttun

Hvordan blir uken organisert?

Barna vil i forkant av aktivitetsuken bli delt opp i ulike grupper ledet av 2-3 aktivitetsledere. Gjennom aktivitetsuken vil de bli introdusert for en rekke aktiviteter. Det vil være 2 ulike aktiviteter hver dag, en før lunsj og en etter lunsj. Foruten når barna er i klatreparken Høyt og Lavt hvor de vil være hele dagen. Mer informasjon om hvor man skal møte opp de ulike dagene vil bli sendt ut i god tid før aktivitetsuken starter.

Hvilke aktiviteter blir det?

I løpet av uken vil det bli aktiviteter både inne og ute. Blant annet kano, klatreparken Høyt og Lavt, innendørs klatring, funballz, ulik ballaktivitet, 50 leken samt flere spennende aktiviteter. Vi avslutter aktivitetssuken med en felles dag på Fana Arena. Her vil barna få delta på en rekke ulike og kjekke aktiviteter. **Da dette er en aktivitetssuke med mange utendørsaktiviteter, er det veldig viktig at barna har varme klær tilpasset været utendørs og gjerne skift!**

Hvem har ansvar for barna under aktivitetssuken?

Under aktivitetssuken vil det være 2-3 aktivitetsledere på hver av gruppene. I forkant av aktivitetssuken vil aktivitetslederne gjennomgå førstehjelpskurs. I tillegg til aktivitetsledere vil det være 3 hovedledere som har overordnet ansvar under hele uken. Samt vil det være noen eksterne instruktører på noen av aktivitetene.

Hva dekker kostnadene?

Påmeldingsavgiften på 850 kr dekker alle kostnader knyttet til de ulike aktivitetene, utstyr, frukt hver dag og felleslunsj siste dagen.

Tilrettelegging for de med spesielle behov?

Dersom ditt barn har behov for tilrettelegging for å kunne delta på aktivitetssuken, er vi behjelpelig med det. Ta kontakt, så finner vi en god løsning!

Viktig å huske på:

- I påmeldingen må dere melde tilbake om barnas høyde grunnet info klatreparken trenger i forbindelse med reservasjon av seler.
- Det er veldig viktig at dere også melder ifra på påmeldingen om eventuelle ønsker for deltakere de ønsker å være på gruppe med (venner, søsken ol.).

Vi gjør også oppmerksom på at Bergen Kommune Etat for Idrett deler ut et begrenset antall gratisplasser forbeholdt at familiens livssituasjon tilsier at en ikke har anledning til å betale for deltagelse i år. Her kan også aktivitetskort benyttes. Se link for påmelding på vår hjemmeside <http://www.idrettbergensor.no/>

Kontaktinformasjon:

Mona Torvund

Tlf: 907 00 388

Epost: mona@idrettbergensor.no

Tilgjengelig på tlf. mandag til fredag mellom kl. 09.00-15.00.

