

MEGA basistrening på Energisenteret høsten 2019

Idrett Bergen Sør (IBS) inviterer nye og tidligere deltakere velkommen til MEGA Basis på Energisenteret høsten 2019. Målgruppen er barn i alderen 9-13 år med ulike psykiske helseplager. Tilbudet innebærer ulike aktiviteter i gymsal med fokus på god tilrettelegging, trygge rammer, mestring og bevegelsesglede. Det vil være fokus på basistrening gjennom ulike aktiviteter som hinderløyper, gøy med ball og hopp og sprett på airtracken.

Aktivitetene organiseres som gruppeaktiviteter og Idrett Bergen Sør vil være ansvarlig for instruktører og innholdet i treningen. Det vil være to dyktige instruktører tilstede med ansvar for organiseringen av aktiviteten, tilrettelegging og oppfølging av den enkelte deltaker. Dersom ditt barn likevel har behov for mer oppfølging utover dette oppfordrer vi gjerne foreldre/støttekontakt til å delta sammen med barnet.

IBS er en folkehelseorganisasjon bestående av 5 idrettslag i Fana og Ytrebygda. Idrettslagene Gneist, Fana, Smørås, Kalandseid og Bjarg. IBS tilrettelegger aktiviteter og tilbud for ulike målgrupper som ønsker eller har behov for tett oppfølging i aktivitet og for deltakere som faller utenfor de ordinære idrettstilbudene i idrettslagene. For mer informasjon: <https://www.idrettbergensor.no/>

Treningstiden vil være klokken 17-18 på mandager og aktiviteten går over 6 uker med oppstart 14.oktober. Da blir siste gangen 18.november.

Sted: Energisenteret
Dag og tid: Mandager 17-18
Pris: 200 kroner for 6 økter med aktivitet

NB! Oppstart forutsetter minst 4 påmeldte deltakere. Det er begrenset antall plasser og vi følger førstemann til mølla prinsippet.

Påmelding

Dersom ditt barn ønsker å delta på aktiviteten, eller ved spørsmål kan dere ta kontakt med prosjektkoordinator i Idrett Bergen Sør, Mona Torvund.

Mail: mona@idrettbergensor.no

Tlf.: 907 00 388

