

PÅMELDING:

WWW.IDRETTSLEIREN.NO

Pris: 2150,- pr. deltager -
NB: Søskenmoderasjon for barn 2, 3... på kr 400,-
(Ledsager: 1000,-)
Påmeldingsfrist: til leiren er full

Meld deg på via vår hjemmeside!

Du mottar bekreftelse på epost.

NB! Påmeldingen er gyldig først når leiravgiften er betalt!

Avbud: må meldes innen 10. juni dersom en deltaker er forhindret fra å delta. Du vil da få refundert halve leiravgiften.

Kontakt: IDRETTENS HUS
Karete / Synnøve
Telefon: 37 06 08 00
E-post: aust-agder@idrettsforbundet.no

Nyttig info på Facebook:
"Idrettsleiren"



Idrettsleiren samarbeider med:



TRYGGHET, NÆRHET og ORGANISERING

Idrettsleiren har en leirledelse bestående av 20 erfarne leirledere. Sammen med instruktørene, gjøre de sitt ytterste for at ditt barn skal trives og føle seg trygge. Instruktørene er primært trenere/ledere i alderen 18-35 år, med solid idrettserfaring. Idrettsleiren har lange tradisjoner med godt opparbeidede rutiner. Barna deles i grupper og får faste instruktører å forholde seg til gjennom hele leiren.

Leirledelsen har fordelte definerte roller, slik at foresatte enkelt kan få tak på rette ansvarlig. Du vil bl.a. finne "Leirsjef", "Nattevaktansvarlig", "Instruktøransvarlig", "Førstehjelpsansvarlig", "Kontoransvarlig", "Campansvarlig" m.fl. på området til en hver tid.

Velkommen til en uforglemmelig sommerleir:)



Til

Namn

Adresse

Adresse 2

Postnummer Poststed

Avsender:



24. - 28. juni 2018



WWW.IDRETTSLEIREN.NO



IDRETTSLEIREN HOVE 18

Aust-Agder Idrettskrets inviterer deg til Idrettsleir **24.-28. juni**. Leiren arrangeres på **Hove leir- og friluftssenter** på Tromøya, Arendal.

Du har til vanlig 2 økter hovedaktivitet og 2 økter bi-aktivitet hver dag! I tillegg vil det bli konsert, skumparty, bading og annen gøy galenskap. Vi lager en stor teltcamp og sover i telt. Kveldene fyller vi med turneringer, underholdning, disko m.m. Leiravgiften dekker alle kostnader inkl. tre daglige måltider og frukt. Det vil være kiosk i leiren med salg av brus, is, mat, gøtteri, frukt m.m. Dra med deg venner og kjente på leir. Og kjenner du ingen som skal dra... bli med likevel. Vi garanterer at du finner noen å ha det gøy sammen med:) Alle idretter tilpasses nybegynnere og viderekommende.

HVEM KAN DELTA?

Leiren er for barn og ungdom i alderen **11 til 17 år** (fyller i år). Det stilles ikke krav om at du skal være aktiv i noen idrett for å kunne delta på leiren.

NB! Det er plass til ca 570 deltagere. Leiren kan bli fulltegnet før påmeldingsfristens utløp, og prinsippet om "førstemann til mølla" gjelder. Leiren gjennomføres med rundt 90 instruktører og 20 leirledere.

Leiren er tilrettelagt for funksjonshemmede (aktiviteter merket med *)



Aktiviteter:

Basketball: *

Hurtighet og ballbehandling. Lær deg triksene, fintene og skuddene.

Bordtennis: *

Spennende racketsport som utfordrer din hurtighet og smidighet. Teknikk, taktikk og mye spill.

Båtsport: *

Råkøl sport for deg som liker høy fart og ønsker en real utfordring. Her får du testet ut din indre racer! 13 år +

Båtførerprøven: *

Lyst til å ta båtførerprøven eller bare lære mer om båt og sikkerhet? Her vil det være undervisning både på land og på vann. 14 år +

Dans: *

Både for gutter og jenter som er glad i å bevege seg til musikk. Passer for nybegynnere og viderekommende.

Dommerkurs Fotball/Håndball:

Ta dommerkurs på Idrettsleiren, da får du både teorien og praksisen på en og samme tid. Håndball 14 år +, Fotball 15 år +

Fleridrett: *

Passer for deg som syntes det er vanskelig å velge én idrett - og heller vil prøve mange ulike idretter. Her blir det mye lek og morro.

FLYT - Friluftsliv og vannaktivitet: *

Padling i kano, kajakk og seiling. Innføring i hvordan du kan bruke naturen riktig.

Footvolley:

Footvolley er en morro og kreativ idrett der du spiller volleyball med fotballregler. 13 år +

Fotball:

Teknikktrening og spill. Ulike nivåer, passer for nybegynnere og aktive. Vi kjører egen turnering og har masse lek med ball.

Freerun:

Bruk omgivelse som hinder og lær deg urban akrobatikk. Freerun er action! Saltoer, hopp og spenning!

Idrettsledelse: *

Bli med på Idrettsledelse og få kunnskap og kompetanse om hvordan lede et team. Kvalifiserer for instruktør oppgaver. 15 år +

Innebandy: *

Spennende og fartsfylt lagidrett. Lær deg reglene, teknikken og spillet.

Kampsport:

Få en introduksjon til ulike kampsporter. Dette er en gylden mulighet til å snuse på flere kampsporter på en gang.

Klatring: *

Innføring i topptauklatring, rappelering, taubane, balanse og koordinasjonstrening m.m. 13 år +

Livredning:

Spennende vannidrett med elementer fra førstehjelp og svømming.

Ridning: *

Du får prøve både dressur, sprang og terrengridning. Du lærer om føring og stell av hest.

Rulleski: *

Byr på fart og spenning. Om du er glad i å stå på ski om vinteren er kanskje rulleski noe for deg?

Sandhåndball:

Håndball på en annerledes måte. Andre regler, sand mellom tærne, lek og moro!

Sandvolleyball:

Teknikk og spill i volleyball og sandvolleyball. Regler og domming.

Skyting: *

Opplæring i miniatyrskyting med pistol. Besøk på skytebanen med leirdue- og rifleskyting. Sikkerhetskurs blir gjennomført. 13 år +

Tennis:

Artig racketsport. Her lærer du teknik, taktikk, spill og regler.

Triathlon:

Sykkel, løp og svømming. Idretten for deg som ikke synes en idrett er nok.

Turn / Trampett:

Ypperlig som basis for andre idretter. Innføring i mange spennende og morsomme øvelser på trampett og matte.

Vannjet:

Bli med og lær å kjøre vannjet. Fart, spenning, motor og vannsport.

Villmark og ekspedisjon:

Bli med på en ekte villmarkstur i nærområdet. Vi planlegger turen sammen, pakker sekken og drar på tokt sammen. 13 år +

Voltige:

Turn på hesteryggen. Kul aktivitet med hest. Passer for nybegynnere og erfarne.

Wakeboard:

Rå vannsport som passer for dem som liker fart og spenning. Er en kombinasjon av vannski, snowboard og surfing.

Windsurfing: *

Lær å surfe i løpet av leiren. Fart, teknikk, sikkerhet m.m. Må ha med egen vest. Egen vådrakt er en fordel.