

Camp Lambertseter uke 31

Svømming – Friidrett – Dans/akrobatikk



Velkommen til Camp Lambertseter!

Vi inviterer i år til en unik camp! Du kan få med deg både svømming, friidrett og dans/akrobatikk i løpet av en uke! Svømmingen, som foregår på Lambertseter bad, vil ha fokus på opplæring og teknikk i tillegg til varierte vannaktiviteter. På friidrettsbanen vil du få teste både kast-, hopp- og løpsøvelser. Step Up Danseklubb vil stå for ulike aktiviteter knyttet til dans, bla annet Hip Hop, Breakdance, danseakrobatikk m.m. I alle aktivitetene sørge for at alle har det moro og opplever mestring.

Tid: Uke 31: Mandag-fredag kl 09.00-15.00

Sted: Lambertseter idrettspark, oppmøte på Lambertseter stadion

Alder: 7-14 år

Maks antall: 60 deltakere (blir delt i tre grupper etter alder)

Påmelding: <https://tryggivann.no/kursinfo.aspx?kursid=106435> – førstemann til mølla!

Egenandel: 300kr, betales ved påmelding

Ta med så lite som mulig:

- Sekk med navn med plass til alle eiendeler
- Svømmetøy (badedrakt/bukse og badehette, og svømmebriller hvis du har)
- Treningstøy
- Gode sko
- Stor nok matpakke til en stor og en liten matpause
- Drikkeflaske merket med navn
- Solkrem
- Regntøy hvis meldt regn

Spørsmål: kurs@lsvk.no / 22 74 94 00

www.stepupdans.org / lambertseterif.no / www.lsvk.no