AKTIVITETSPLAN - hausten 2017

Solund Idrettslag

TID	AKTIVITET	LEIAR/INSTRUKTØR	INFORMASJON
MÅNDAG			
16.15 - 18.30	Skulemusikken 6.klasse +	Jostein Birknes	
20.00 - 21.00	Aerobic, frå 8. klasse	Sissel Kråkås, tlf. 909 10 106	
TYSDAG			
17.00 - 21.00	Familiebading	Badevakter S.I.L.	Etter haustferie
16.30 - 17.30	Ballidrett, 1.-4. klasse	Jørn O. Olsen, tlf. 900 98 217	1. klasse må ha vaksne med.
17.30 - 19.00	Handball, 5.-7. klasse	Jørn O. Olsen, tlf. 900 98 217	
19.00 - 20.30	Handball, 8.-10. klasse	Jørn O. Olsen, tlf. 900 98 217, Lillian Herland tlf. 986 02 185	
20.30 - 21.30	Innebandy, frå 7. klasse	Renate Njøtøy, tlf. 991 07 169	
ONSDAG			
16.30 - 17.30	Bading, 0-3 år	Irene Sanden, tlf. 970 40 924	Veke 44,47,50,51
16.30 - 17.30	Barneidrettsskule, 3 år - 1.klasse	Mark Elvevåg tlf. 950 28 232	Vaksne må vere med
17.30 - 18.30	Fotball, 4.-7. klasse. Grusbana skulen	Kim Arnes tlf. 908 64 312	
17.30 - 19.00	Fotball, 8.-10. klasse. Idrettsbygget	Ingvar Mårstig, tlf. 57 78 71 07 / 916 21 979	
19.00 - 20.00	Friidrett, 5.-10. klasse. Idrettsbygget	Nina Engevik, tlf. 908 34 338	
19.00 - 20.00	Intervalltrening, start ved Grendahuset	Møt opp trening.	
19.45 - 20.45	Yoga, frå 8. klasse. Myldrerommet skulen	Ingvill Storøy, tlf. 474 09 482	Myldrerommet, barneskulen
20.30 - 22.00	Fotball, vaksne. Idrettsbygget	Ingvar Mårstig, tlf. 57 78 71 07 / 916 21 979, Kim Arnes tlf. 908 64 312	
TORSDAG			
19.00 - 21.00	Sym deg til-kampanje	Badevakter S.I.L.	01. jan - 31. mar
17.00 - 18.00	Fotball 1.-3. klasse Grusbana skulen	Daniel Røed, tlf 911 85 359, Gjertrud T. Lambretch, Line Tordal Førde	1. klasse må ha vaksne med.
17.30 - 18.30	Handball, 5.- 7. klasse	Jørn O. Olsen, tlf. 900 98 217	**Gjeld partalsveker**
18.30 - 19.30	Handball, 8.-10. klasse	Jørn O. Olsen, tlf. 900 98 217, Lillian Herland tlf. 986 02 185	**Gjeld partalsveker**
SØNDAG			
13.00 - 16.00	Sendebrett (ved Idrettsbana)	Kjell Mongstad, tlf. 908 31 711 eller sjekk Solund Sendebrettlaug på Facebook	
Ettermiddag	Fotball, vaksne. GRASBANA	Ingvar Mårstig, tlf. 57 78 71 07 / 916 21 979, Kim Arnes tlf. 908 64 312	
FREDAG-SØNDAG			
-	Diverse aktivitetar - sjå eigne oppslag	Kontakt Irene Sanden, tlf. 970 40 924 dersom du ynskjer å bruke Idrettsbygget.	Vasking etter bruk!

Hugs innesko og gymklede i hallen, og hårstrikk i bassenget. Ein skal ikkje nytte mobil i bassengområdet eller i garderobane.	
Aktivitetane er berre for betalande medlemmar.	
For meir info sjekk heimesida vår www.solundil.no eller Facebook-sida vår Solund Idrettslag. **Du kan også støtte oss med Grasrotandelen!**	