



Velkomen til Idrettsskule i Firdahallen for barn 5 år

Barneidretten i STIL tilbyr idrettsskule for barn i alder 5 år (fødde 2014) i «gamle» Firdahallen, Måndagar kl. 17:00-18:00.

Første trening blir [Mandag 14 oktober](#)

Treningane føl skuleruta, så det vil seie at det ikkje er trening i skuleferiane. Vi held på fram til påske.



Medlemsregistrering og treningsavgift:

Alle born som deltek på treningar vil bli registrert som medlemmar i STIL, og får då tilsendt faktura for medlemskontingent i STIL. Medlemskontingenten for born er pt. **kr 200** per kalenderår. Grunna ordninga med betaling for leige av Firdahallen må STIL i tillegg ta betaling for deltaking på treningane. Treningsavgift for deltaking på Idrettsskulen er **kr 350** for sesongen 2019/20.

Informasjon:

Informasjon om barneidretten i STIL vil du finne på STIL si heimeside www.sandanetil.no. Elles vert det jamleg lagt ut informasjon på **STIL Barneidrett på Facebook**. Søk på " STIL Barneidrett " og bli medlem av gruppa.

Helsing

Barneidretten i STIL

v/ Ragnhild Gundersen (leiar)

E-post: barneidrett.stil@gmail.com

Tlf.: 928 60 218

Vel møtt!



ÅRSPLAN STIL Idrettsskule 2019/2020 (5 år)

Treningstid måndagar kl. 17:00 -18:00 i 'gamle' Firdahallen

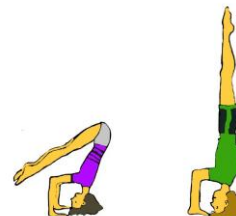
Veke	Aktivitet
41	Haustferie
42 -51	Idrettsskule
52	Juleferie
2 - 7	Idrettsskule
8	Vinterferie
9 - 14	Idrettsskule
15	Påskeferie

Alt i alt er målet for vår idrettsskule at ungane skal ha moglegheit til prøve seg i dei ulike idrettane som STIL tilbyr, få noko forståing og utvikle grunnleggjande ferdigheiter. Alt basert på leik og moro.

Barneidrett: Leik og varierte aktiviteter som skal stimulere utviklinga til bornet og styrke dei grunnleggjande bevegelsane.



Handball: Treninga skal vere basistrening som er allsidig, variert og lystbetont. Stikkord for basistreninga er ballkontroll, kast/mottak, romkjensle, koordinasjon, motorikk og bevegelse.



Turn: Aktiviteter som tar utgangpunkt i gymnastikk og turnøvingar vil gi god grunntrening for alle idrettar. Treninga gir ei innføring i dei mest grunnleggjande ferdigheiter innanfor turn.



Fotball: Blir lagt til rette for morosam fotballaktivitet . Morosam aktivitet er god læring og stimulerer til aktivitet og utanom lagstreningane. Barnefotballen skal vere prega av trivsel, trygghet og av at barna opplever meistring! Det vil bli brukt få moment og trent godt på dei i desse vekene.

Friidrett: Er kanskje den mest allsidige idretten av dei alle med element som løp, kast og hopp. Innan friidrett kan absolutt alle finne noko som passer ein. Desse vekene vil vi legge vekt på leik og varierte aktivitetar og introduksjon av ulike øvingar innan friidrett.

