

Bli med lambertseter bryteklubb på

Gratis SummerCamp 2020 (6-20år)

Lær deg bryting i sommer!



6-30 Juli, 2020
Lambertseter Flerbrukshall

Lambertseter bryteklubb har gleden av å invitere barn og ungdom (6-20år) til en GRATIS sommercamp i fellesferien. Formålet vårt med sommercamp prosjektet er at barn og ungdom skal ha mulighet til å ha en aktiv og innholdsrik sommerferie. Vi er stolte over at vi kan tilby en GRATIS sommercamp som er tilgjengelig for alle. Sammen skal vi ha en fantastisk sommer!

PS! DET BLIR TUR TIL TUSENFRYD!



Informasjon

Bryting er en utrolig allsidig idrett. Utover bryteteknikk og styrke, driver vi også med turn, ballspill, hinderløyper, løping og et mangfold av reaksjons-, koordinasjons- og balanseøvelser som barna elsker! Etter vår erfaring er bryting en sport som er godt likt av både jenter og gutter – alle er velkomne hit. Vi har gleden av å ha klubbens egne NM medaljevinnere og landslagsutøvere, Benjamin Sjøstrand og Marcus Worren som våre hovedtrenere denne sommeren. Spiderjenta Nora Inger Johnsen og tidligere utøver og NM medaljevinner Linda Kristell Kjennerud vil stå for uteaktiviteter og sosiale arrangementer.

Ingen forkunnskaper er nødvendig.

Åpent for alle nivåer.

Delta på en eller flere uker.

Begrensede antall plasser.

Finn mer informasjon og påmelding på vår nettside bryting.com eller vår facebookside.

Mandag

Tirsdag

Onsdag

Torsdag

15:00-18:00

Brytelek og uteaktivitet (6-12år)

m/matservering

**Sosiale aktiviteter og utflukter
(åpent for alle)**

Tidspunkt vil variere fra uke til uke.

15:00-18:00

Brytelek og uteaktivitet (6-12år)

m/matservering

17:00-18:00

Styrketrening (13-15år)

m/lett servering

16:30-18:00

Brytetrening (13-20år)

m/lett servering

17:00-18:00

Styrketrening (13-15år)

m/lett servering

16:30-18:00

Brytetrening (13-20år)

m/lett servering

18:15-19:15

Styrketrening (16-20år)

m/lett servering

18:15-19:15

Styrketrening (16-20år)

m/lett servering

Dersom du har flere spørsmål ta kontakt med vår prosjektleder
Linda Kristell Kjennerud på tlf 467 87 159 eller send mail til
post@lambertseterbryteklubb.no.