



Karen Anne Lee frå Husnes er ein av dei som skal i aksjon som instruktør i Uskedalen til helga. Her sit ho saman med dottera Synne og dei viser fram ei bosu – ein halv ball som skal skal nyttast i instruksjonen som Laila Furnes har på fredagskvelden. (Foto: Ola Matti Mathisen)

Det var litt treg påmelding i starten. Sidan har det teke seg betrakteleg opp, men framleis er det atskillige ledige plassar i det allsidige programmet. Slik oppsummerer turngruppeleiar Hege Lekva situasjonen for uskedalen.no framfor den store trim- og dansehelga i Uskedalen 25., 26. og 27. januar.

Det heile startar i Aktivitetshuset fredag kveld med bosu, som er ein halv ball og som Laila Furnes frå Rosendal Turnlag skal læra uskedelingane å trena med. Her er det tre ledige av tilsaman 13 plassar.

Laurdag er det god plass gjennom heile programmet, som startar med puls mix aerobic for femteklassingar (og oppover) og held fram med funky moves aerobic for vaksne.

- Dette blir spanande, det er første gong eg er aerobic-instruktør for så unge. Men det er kjekt å få nye inntrykk og eg gler meg, seier instruktør Karen Anne Lee ved TrimX på Husnes til uskedalen.no.

Ho har jobba der i tre år og er ein av sju instruktørar ved det private treningsstudioet som har kraftig vind i segla for tida.

Karen Anne har allsidig utdanning, ho har gått på kurs både i aerobic, step og corc. Corc er i realiteten det same som bosu, men då blir ein heil ball nytta.

Om ettermiddagen laurdag kjem judograppa frå Rosendal Turnlag under leiing av Trygve Torjusen og har ei oppvisning. Etterpå kan jenter og gutar frå første klasse og oppover få prøva seg i denne verdsospennande og populære sporten.

Sundagen er det så langt betre påmelding enn laurdag. Faktisk er det fullt på danseleik-programmet for aldersgruppa frå tre til fem år tidleg på føremiddagen. Men det er framleis ledige plassar i ballett-instruksjonen som kjem etterpå og som er delt i to: Først kjem det ei gruppe for ungar frå eitt til fem år og deretter ei gruppe frå første til fjerde klasse.

Breakdance/hip hop har fanga større interesse. Her er det fullt i gruppa 1.-4. klasse medan det framleis er nokre plassar att for femteklassingar og eldre.

Det er Alina Hystad frå kulturskulen på Bømlo som skal i aksjon som danseinstruktør om sundagen.

Både Hege Lekva og dei andre aktørane ser fram til ei helsefremjande helg i Aktivitetshuset!

Av Ola Matti Mathisen