

**Allidretten startar opp i veke 38**

31.08.2010

**Onsdag 22.september startar allidretten opp att. Treningstida blir som før frå kl. 19-20 i aktivitetshuset.Allidretten er for alle som går i 5.-10.klasse.**

Programmet blir som i fjor,ganske variert.

Første gongen startar vi opp med terrengsykling (ikkje så avansert, då den vil føregå i området rundt skulen) og gongen etter blir det orientering.

Deretter blir det nok ein del ballspel i alle variantar. Klatring, turn, friidrett, dans, diverse leikar, ski, aking, styrke – og kondisjon var óg aktivitetar som stod på programmet i fjor.

Her er det viktigaste å få brukt kroppen sin, sveitta og ha det kjekt i lag med andre !

Vi minner óg om at fram til allidretten startar opp, er det framleis friidrettstrening på Heio kvar onsdag kl. 18 – 19.

**Cathrine og Steinar Haugland**