



Frå hip hopen i fjor

**Aktivitetshelga i fjor vart ein kjempesuksess, og det håpar arrangørane at det vert også når den komande aktivitetshelga vert arrangert om ca. 2 veker. Foreløpig er det for få påmelde til å arrangera, men dei håpar på godt tilsig av deltakarar siste veka, og minner om at påmeldingsfristen, 15.01., berre er 7 dagar unna.**

Det er eit variert og godt samansett program arrangørane tilbyr deltakarane. Fredagen vert det først danseleik for dei yngste(1.-3.klasse) og deretter yogakurs i Helgheim. Parallelt er det zumba og bootcamp i Aktivitetshuset.

Laurdag startar det heile opp kl.10. Då vert det ei aktiv økt for 4. - 7.klasse. Denne vert etterfulgt av utetrening både for menn og damer. Geir Ove Fosse leiar økta for mennene medan Marianne Korsvoll styrer damene. Vidare utover dagen vert det både zumba og crossmix med avspenning, før det vert avslutning(18 års grense) i Helgheim frå kl.19 og utover. Der skal dei mellom anna kosa seg med Nibblemat frå SmakifråOska.

I fjor var det ein god del menn som sakna tilbod til dei. Derfor er det lagt inn ei utetreningsøkt med Geir Ove Fosse for denne gruppa i år, og ein håper at mange nyttar seg av tilbodet.

Påmeldinga til dette flotte aktivitetstilbodet kan gjerast til tlf. 958 24 652 eller til [janne.hjelmeland@me.com](mailto:janne.hjelmeland@me.com). Påmeldingsfristen er altså 15.januar 2016.

Tekst og nett: Thor Inge Døssland  
Arkivfoto: Ola Matti Mathisen