



NB! Meld dere på i løpet av torsdag:

AKTIVITETSDAG

Vingelen, lørdag 26. juni 2021



Kjære 4H-ere i Nord-Østerdalen!

Etter avlyst fylkesleir 2 år på rad ønsker Klettsno 4H, med støtte fra Hedmark 4H, velkommen til aktivitetsdag for Nord-Østerdalen.

På kort tid hiver vi oss rundt, og håper dere blir med på et enkelt arrangement. Endelig skjer det noe!

Det blir morsomme aktiviteter og ungdommelige toner fra populære «Tu veia» fra Dalsbygda



Tu veia
Artistpartner

TU VEIA!



Kjem tu Dalsbygden:

Roar Galaaen Bredalslien,

Kristian Galaaen Bredalslien,

Bendik Johnsen.



AKTIVITETER

Baking

Har du lyst til å bruke en dag på noe skikkelig gøy og kreativt? Vi baker søte, morsomme og gode kaker og kjeks. Vi lager noe vi kan spise og kose oss med sammen. Er du glad i å bake og liker å smake? Meld deg på da vel!

Passer for: Alle Utstyr: Forkle

Forming

Dette er noe for deg som liker å bruke hendene til å sy, lime, male, tove eller skape fine ting til deg sjøl eller andre. Gjennom å bruke naturmaterialer og andre ting, skal vi være kreative og bruke fantasien.

Passer for: Alle

Kano

Har du lyst til å bli med på en artig opplevelse på et tjern? Vi padler rolig og nyter naturen. Det går også an å fiske hvis du vil ha litt avveksling. Ta gjerne med flytevest hvis du har. Trenger ingen forkunnskaper.

Passer for: Alle

«Vingelens Mester»

Dette er aktiviteten for deg som liker uhøytidelige, morsomme konkurranser. Det konkurreres i varierte øvelser innenfor både balanse, presisjon, reaksjon, styrke, taktikk og samarbeid. Bli du den nye Vingelens Mester?

Passer for: Alle

Utstyr: Joggesko og treningstøy. Ta med skiftetøy.

Skyting

Liker du å treffe blink? Det blir mange muligheter for å treffe blink med gevær. Her lærer du det grunnleggende våpenhåndtering, og får teste treffsikkerheten. Dere får prøve å skyte med cal.22 og luftgevær.

Passer for: alle

Terrensykling

Vi tar en sti-/fjellsykkeltur over Kletten. Ikke så veldig lang tur, men likevel krevende, og du får utfordret både kondis og balanse. Mye nedover-sykling på slutten! Dere må frakte syklene sjøl opp til startpunktet.

Passer for: Fra 13 år

Utstyr: Egen terrensykkel + hjelm. Ta med skiftetøy.

Fisking

Ta med deg fiskestanga di så får du prøvd fiskelykken i våre fjellvatn. Mulighet for å ta en rotur også. Vi fyrer bål og koser oss i gapahuken. Det er bilvei helt frem. Ta gjerne med flytevest hvis du har.

Passer for: Alle Utstyr: Fiskestang

Dans

Er du glad i bevegelse og dans? Da er denne aktiviteten for deg. Her kan du lære deg noen grunnleggende dansetrinn og være kreativ.

Passer for: Alle

PROGRAM og PÅMELDING

Send samlet påmelding fra klubben med navn og alder, samt 2 ønskede aktiviteter for hver deltaker. Hver deltaker blir tildelt 1 aktivitet. I tillegg meldes det på ønsket antall lag til volleyball. **Påmelding sendes i løpet av torsdag 24. juni til:**

gurosvae@gmail.com

Det blir lunsj, og kiosk med kaffe og vaffel, men vi oppfordrer til å ta med drikkeflaske og matpakke.

Aktiviteter spres litt utover bygda, så vi ber om at sjåførere må være beredt til å være til stede for å kjøre til aktiviteter.

Egenandelen på kr. 150,- per barn inkluderer burgerlunsj, gratis aktivitet og konsert.

Klubbrådgivere kan søke om refusjon for deltageravgift i forkant på www.4h.no. www.4h.no. Ordningen heter «Deltagerstøtte»

Program for dagen:

09:45: Oppmøte ved Fjellheim

10:00-13:00: Fagaktivitet

13:00-14:00: Burgerlunsj

14:00-16:00: Volleyball

16:00-16:30: «Tu veia» spiller

