# Årsplan – Allidrett for barn

|  |
| --- |
| Idrettslag: Strindheim IL |
| Aldersgruppe: 5/6 år – født i 2018 |
| Antall barn: minst 30 – max 45 |
| Tidspunkt: Torsdager kl 17.30-18.30. Høst 2023-Vår 2024 |

**Her er forslag til aktiviteter – Men endringer kan forekomme. Følg med i Spond** 😊

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Dato** | **Aktivitet** | **Hvor** | **Instruktør** |
| 07.09. | Oppstart & Bli Kjent Dag | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 14.09. | Lekbasert trening | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 21.09. | Kondis & Styrke | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 28.09. | Militær Justis & Kongen befaler ☺ | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 05.10. | Friidretts øvelser | Åsvang skole | Instruktørene og repr fra avd |
| 19.10. | Friidretts øvelser | Åsvang skole | Instruktørene og repr fra avd |
| 26.10. | Hallo-Venn-Party: Vi kler oss ut & hinderløype | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 02.11. | Håndballaktivitet | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 09.11. | Fotballaktivitet | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 16.11. | Fotballaktivitet | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 23.11. | Lekbasert trening | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 30.11. | Kanonball | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 07.12. | Avslutning før jul med Dyrisk Hinderløype!!! Pepperkake og saft på slutten | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 11.01. | Hinderløype | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 18.01. | Innebandy | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 25.01. | Håndballaktivitet | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 01.02. | Ski | Lohove/Bekken eller Granåsen | Instruktørene og repr fra avd |
| 08.02. | Fotballaktivitet | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 15.02. | Fotballaktivitet | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 29.02. | Hinderløype | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 07.03. | Lommelykt-tur | I nærområdet | Instruktører fra Strindheim IL |
| 14.03. | Ski | Lohove/Bekken eller Granåsen | Instruktørene og repr fra avd |
| 21.03. | Fotballaktivitet | Åsvang skole | Instruktørene og repr fra avd |
| 04.04. | Håndballaktivitet | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 11.04. | Kanonballturnering | Åsvang skole | Instruktører fra Strindheim IL |
| 18.04. | Friidrett | Åsvang skole  eller Stadion | Instruktørene og repr fra avd |
| 25.04. | Friidrett | Åsvang skole  eller Stadion | Instruktørene og repr fra avd |
| xx.xx. | Vi planlegger avslutning inkl foreldre/søsken Vi kommer tilbake til dato for dette | Estenstadmarka | Instruktører fra Strindheim IL |