



Informasjon om allidretten 2019/2020

Onsdag 9.oktober er vi klare for å starte opp igjen med allidrett. Planen for høsten ligger vedlagt.

Kvam IL tilbyr denne sesongen allidrett for barn født 2012-2015. Ut fra påmeldte i de forskjellige årskullene, har vi måttet sette sammen grupper slik at det blir 2 grupper:

Gruppe 1, født 2015 og 2014: 15 barn

Gruppe 2, født 2013 og 2012: 14 barn

Allidretten har treningstider onsdager; kl.17.00-18.00 for de barna født 2014-2015 og kl.18.00-19.00 for de barna født 2013 og 2012. Gruppene har annenhver gang bygdahuset og svømmehallen.

I bygdahuset er det satt opp en hovedaktivitet pr. gang (for eksempel stasjonstrening, leik med ball, hinderløype, stafetter/sisten-leker etc.), men her kan instruktørene supplere med andre aktiviteter i tillegg. God aktivitet er det viktigste. På Kvam IL sin hjemmeside finnes det en øvelsesbank for allidrett som kan brukes som et hjelpemiddel og et supplerende redskap for alle instruktørene.

Hvis en instruktør ikke kan møte til timen sin i bygdahuset og heller ikke får byttet time med en annen, er det fint om noen av de andre foreldrene kan steppe inn. I svømmehallen må instruktørene bytte timer seg imellom, da en må ha godkjent livredningskurs for å være ansvarlig.

I svømmehallen er det for det meste fri lek og her må alle barna ha med seg en voksen. Hver enkelt må selv vurdere om de vil være med i bassenget, eller se på fra kanten. Alle voksne har ansvar for sitt barn. Det er alltid en badevakt tilstede som har godkjent livredningskurs.

Vel møtt til ny allidrettsesong alle sammen ☺



Hilsen Allidrettsgruppa v/Sissel R og Sissel M