

## Uorganiserte aktiviteter

### BADING:

Trytetjern og "føssan" (Rukkedøla) er populære badeområder for barn og unge på sommerstid. Vinterstid holder bassenget på skolen som regel åpent en til to kvelder i uken. Varmtvannsbassenget på Elverhøy kan også leies til privat bruk.



### BEACHVOLLEYBALL:

Det er tre beachvolleyball-baner i Nesbyen: på Trytetjern, på Nor-Kro og ved Mortensløkka ungdomsklubb.



### STOLPEJAKT:

I sentrum og på fjellet sommerstid. Last ned appen "Stolpejakten".



### FRISBEEGOLF:

I lysløypa utenfor idrettshallen finnes en 9 hulls frisbeegolfbane. Løypen er markert med kart over banene på hvert utkast.

### GOLF / ALPINT:

På Nesfjellet kan man spille golf på sommerstid og kjøre slalåm/snowboard på vinteren.

### TERRENGSYKLING / PUMPTRACK:

Flotte sykkelstier, både sentrumsnære og på fjellet. Trytetjern har flere barnevennlige løyper. Dirtanlegg (hopp) i Storetoppen og pumtrack i sentrum og ved Protan. Hallingspranget - fra fjellet til sentrum er en 17 km lang sti for sykkel og fottur.

### LYSLØYPER:

Nesbyen IL og Bromma IL har lysløyper med oppkjørte skispor.

### SKØYTEBANE:

På Sahara islegges en liten skøytebane til fri bruk vinterstid.



## Andre tilbud til barn/unge

### BARNE- OG UNGDOMSKLUBB:

Lie Grendehus (Liudden) har barne- og ungdomsklubb fra 1.-7. klasse. På Mortensløkka er det juniorklubb for 5.-7. klasse og ungdomsklubb for 8. klasse t.o.m. 18 år.

### MUSIKKVERKSTED:

Mortensløkka har musikkverksted og -utstyr som man kan benytte. Dette kan leies av kommunen til en svært lav pris.

### KINO:

Kinotilbud i Nesbyen kino/Kulturhuset. Ungdom fra 13-21 år kan laste ned Bizzy-appen og få rabatt på kinobilletter og andre kultureventer både lokalt og i hele fylket.

### UTLÅNSBUA:

Utlån av gratis utstyr til fritidsaktiviteter. Alt fra turutstyr til fritidsutstyr og lek. F.eks: telt, sekker, primus, snowboard, ski, akebrett, sykler, sykkeltraller, SUP, baller, frisbee, kubb m.m.

### BIBLIOTEK:

Nytt og flott bibliotek i Embetsgarden. Utlån av bøker, lydbøker, tegneserier, filmer og brettspill, samt arrangementer som eventyrstund og barneteater. Her kan du også spille Playstation.

### FUNCENTER:

I kjelleren på kjøpesenteret kan man prøve glowcart, bazookaball, gellyball, minigolf m.m. Man kan også feire barnebursdager.

## Nesbyen kommune

Dersom du kjenner til aktiviteter som ikke er nevnt i denne brosjyren, ta kontakt med folkehelserådgiver i kommunen.

-2023-



## Fritidsaktiviteter for barn og unge i Nesbyen



## Idrett

### NESBYEN IDRETTLAG:

- judo
- fotball
- friidrett
- langrenn
- håndball
- orientering
- alpint/freeski
- terrengsykling
- barneidrett/allidrett (opp til 5 år)
- åpen hall
- fotballskole
- aktivitetsskole i ferier
- bursdag i idrettshallen

### BROMMA IDRETTLAG:

- langrenn
- mosjon/mosjonsløp
- motbakkeløp



## Friluftsliv/ natur

### BARNAS TURLAG (0-12 år):

Tur og aktivitet for barnefamilier. Mange ulike turer gjennom året, f.eks. fjelltur, fiske/ufiske, aking, topptur på ski, utekino, refleksløype, bålkos m.m. Foreldre/foresatte må følge, og har ansvar for barnet.



### HALLINGEN 4H (10-18 år):

Aktiviteter som aking, lek i svømmehallen, volleyball, bowling, fiske, overnatting ute, leir m.m.



### RIDNING:

Ridekurs for barn og unge på Langedrag, Stall Haugaplassen og Geysir Islandshestforening. Nybegynnerkurs, kurs for viderekomne, sprangkurs m.m.

### RØDE KORS HJELPEKORPS:

Ungdom fra 16 år kan bli aspirant i Røde Kors Hjelpekorps. Her kan man bli med på kurs, øvelser, møter og lære om førstehjelp, redning og annet hjelpekorpsset driver med.

### NES JEGER OG FISK:

Aktiviteter som jakt, fiske, skyting og jegerprøven. Ungdomsmedlem i NJFF er opp til 24 år.

## Aktiviteter på Gol:

Gol IL har enkelte aktiviteter som ikke tilbys på Nesbyen. Spesielt populært for barn og unge er **svømmetrening, turn og klatring.**

## Andre aktiviteter

### NESBYEN KULTURSKOLE:

Kulturskoletilbud for barn i skolealder og oppover. Tilbud på alt fra instrumental-opplæring, band og dans til afrikanske trommer og digital musikkproduksjon.

### NESBYEN SKOLEKORPS:

Skolekorpset er for barn fra 4. klasse og oppover. Her kan man lære seg å spille fløyte, klarinett, saksofon, trompet, horn, trombone, baryton, tuba eller trommer. I 3. klasse har elevene korps i skolen, der de lærer seg et instrument.



### NES SPEL OG DANSARLAG:

Lausdans, hardingfele og kveding for barn fra 2. klasse og oppover.

### UNG HUSFLID:

Trearbeid, spikking, symaskin, syteknikker for hånd, hekling, strikking m.m. Fra 3. klasse og oppover.

### NES OG BROMMA SKYTTERLAG:

Skyting for barn fra 3. klasse og oppover. Skyteskole hver høst.



### MEKKEVERKSTED/TIM-kvelder:

Møteplass for ungdom som er interessert i bil, motor og mekking. Fokus på teknisk innsikt og mestring (TIM).

### NES KIRKE:

Konfirmantsamlinger og andre samlinger for ulike aldersgrupper opp til 16 år.

FOTOKREDITT: Visit Nesbyen/Lars Storheim, Nesbyen idrettslag, Bromma idrettslag, Nesbyen skolekorps, Barnas Turlag, Hallingen 4H, Nes og Bromma skytterlag og Norges håndballforbund.