



SANDVIKEN

Friluftsliv för alla!

Vi skapar roliga, trygga och lärorika äventyr – på fjället, vattnet, snön, isen och i skogen.

Året runt och för alla. Välkommen du också!

Våra aktiviteter leds av utbildade ledare som gör turerna säkra, njutbara, spännande och utvecklande.

Det spelar ingen roll om du är nybörjare eller inbiten fantast - våra grupper anpassas alltid efter deltagarna och vi erbjuder gemenskap såväl som utmaningar.

Bli medlem här friluftsframjandet.se/sandviken



Följ Friluftsförbundet Sandviken på Facebook

*PS. Har du kanske drömt om att bli friluftsledare?
Då har du kommit rätt! Välkommen att kontakta oss!*



Alla våra arrangemang sker i samarbete med Studiefrämjandet

LÅT ÄVENTYRET BÖRJA!

Hitta aktiviteter, äventyr, upplevelser
och inspiration nära dig

Välkommen till Sandvikens lokalavdelning!

www.friluftsframjandet.se/sandviken



FRILUFTS
FRÄMJANDET



Skogsmulle | Skogsmulle upptäcker vi naturen tillsammans med barn mellan 5-6 år. Vi leker och har olika aktiviteter i skogen. Barnen får en ökad förståelse för naturen och träna grov- och finmotorik. Ett par gånger per termin brukar Mulle dyka upp och berätta om hur viktigt det är att vara rädd om djur och natur. Skogsmulle hålls höst och vår under sex träffar varje termin.

Grenledare Järbo, Maria Hillman 070-380 95 38

Grenledare Ockelbo, Elin Bergqvist 070-339 94 09

Unga Äventyrare | Unga Äventyrare är en möjlighet för dig att komma ut i naturen tillsammans med andra ungdomar. Vi provar på nya aktiviteter inom friluftsliv en gång varannan månad. Exempelvis klättring, vandring, paddling, fiske, skidor eller bara mysa ute i skogen runt en lägereld. Vi vill att fler ska fatta tycke för friluftsliv och hoppas att du vill följa med på våra äventyr! Vi finns på Instagram @unga.aventyrare

Grenledare Nora Hadin 070-836 57 42

Funktionell Skidåkning | Vår målsättning är att alla ska kunna åka alpin skidåkning på ett eller annat sätt. I dag finns flera olika sätt som möjliggör skidåkning för funktionshindrade. Vi står till tjänst och erbjuder möjlighet att prova på och hjälper även till med licenstagning i de fall då utrustningen är licensberoende. Är du intresserad att åka med oss?

Grenledare Sven-Erik Lindgren 076-113 90 12

Vandring Lågland | Under barmarkssäsongen arrangerar vi vandringar, i form av dagsturer, lördag eller söndag, främst på Gästrikeleden men även andra lämpliga sträckningar. Kortare kvällsvandringar samt vardagsvandringar förekommer också. Information om platser och sevärdheter vi passerar under våra turer ges vid varje tillfälle.

Grenledare Kristina Lundström 070-263 11 09

Långfärdsskridsko | Vi ordnar ledarleda långfärdsskridskoturer på naturis nov - mars. Introduktionskurs med teorikvällar och träningstillfällen på is ordnas i början av säsongen. Turer utlyses på <https://ffsnd.skridsko.net> Man kan prenumerera på turutlysningar.

Grenledare Inga-Greta Andersson 070-354 94 89

Kajak | Vår och höst bjuder vi in till kvälls- och dagspaddlingar. Behöver du hyra kajak och/eller få en introduktion till kajakpaddling?

Grenledare Karin Jakobsson 073-707 16 87

Håll i form | Syftet med Håll i form är att skapa regelbundna motionsvanor, som alla kan delta i utifrån var och ens förutsättningar. Vi träffas på tisdagkvällar i Murgårdsskolan och har gymnastik till musik.

Grenledare Lars-Ove Skogh 070-658 23 17

