

AKTIVITETSPLAN LEKSDAL IL HØSTEN 2023

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Lek i gymsal Barnehagebarn Kl. 17.30-18.15		Kanonball og volleyball Gymsalen 5. - 7. trinn Kl. 18.00-19.30	Aktiviteter i gymsal 1. - 4. trinn Kl. 18.00-19.00	Verdal svømmehall Gratis inngang for medlemmer i Leksdal IL følgende fredager: 17. november 24. november 01. desember 8. desember 15. desember Varmebasseng: Fra kl. 16.00 Storbasseng: Fra kl. 19.00 Alle som skal i bassenget må skrive seg opp på listen som ligger i resepsjonen.
Skitrening Leksdal skole F.o.m. 5. trinn - voksen Kl. 18.00 - 19.00 Spenst og intervalltrening ute Husk refleksvest, hodelykt og korte skistaver. Kl. 19.00 - 20.00 Styrketrening i gymsalen Husk innesko.			Barmarkstrening Leksdal skistadion, Marka 5. trinn - voksen Kl. 18.30 - 20.00 Husk refleksvest, hodelykt og korte skistaver.	
Mandagstrim Gymsalen Ungdom/voksne Ballspill og styrkesirkel Kl. 20.00 - 21.30				



**Leksdal IL ønsker velkommen
til en ny høst med aktiviteter
for alle aldersgrupper.**

Aktiviteten starter i uke 43.

Gymsalen er stengt i uke 45 på
grunn av skolearrangementer.

Kun innesko eller sokker i gymsalen.
Utesko må settes igjen i gangen.

KLUBBSAMLING I MARKA LØRDAG 25. NOVEMBER

Skidag med lekbaserte aktiviteter
(ski/barmark), skitrening og felles måltid
for store og små. Dette er en
miljøsamling der vi håper å få med
så mange som mulig!

For mer info følg med på Facebook:
"Leksdal IL" og "Leksdal IL SKI".

Hjemmeside: www.leksdalil.no

**VELKOMMEN TIL EN SPREK
HØST MED LEKSDAL IL!**