



Trailen starter opp igjen etter vinteren,
-og har første trening



Mandag 29. april, kl 18.00 – 20.00

Sted: På Bærumungdommens motorsenter i Løxaveien, Rud i Bærum

Tid: Hver mandag, Kl 18.00 – 20.00

Hvem: Man kan begynner på dette tilbudet allerede når man er fylt 8 år.

Viktig: Alle utøvere under 16 år må ha en voksen ledsager med.

Tilbudet er et samarbeid mellom Adhd Norge, Tilrettelagt Fritid i Bærum kommune i samarbeide med Motorsenteret og Bærum Motorklubb.

Både nye og tidligere deltakere og foresatte er velkomne til å se og høre mer om trail og tilbudet til barn og unge med ADHD.

Gruppen starter med lisenskurs og det består av både teori og praksis.

Man kommer fort opp på sykkelen!

Trail er en ypperlig øvelse for å trene balanse, finmotorikk og konsentrasjon.

Men det er slitsomt, så det er viktig å ha med vannflaske!



Etter kjøring må alle vaske/ gå over sykkelen før den settes bort.

Nye deltakere kan dessverre ikke prøve selv på grunn av nye regler om lisens.

Alle må gjennom dette kurset, både de som er nye i år og de som kjørte i fjorårets sesong.
(Som ikke har gyldig lisens)

Trailen ledes av dyktige ledere: Max Philip Moltzau og Christopher Moltzau.

Begge er utdannet godkjente aktivitetsledere, og har levert politiattest.

Vil du være med? Send påmelding på mail til arne.ronning@lifi.no

Navn	Adresse	Tlfnr	Epost	Født dato	Foresatt navn og tlf

VELKOMMEN !

Hilsen Arne Rønning,

Aktivitetsleder trail.

Tlf: 93255270



I samarbeid med Bærum Kommune, Tilrettelagt Fritid

Mari Johansen

Mobil – jobb: 934 93 388