

FUNKSJONELL TRENING FOR BARN OG UNGE

HØST 2021

CROSS KID

Alder 6-11 år

Funksjonell trening basert på lek for barn i en gruppe med hovedfokus på bruk av personens egen kroppsvekt og kroppsbeherskelse.

Styrker grovmotorikken og gir følelsen av mestring under trening.

Periode 13.10.2021 til 15.12.2021

Onsdager kl 16.30 – 17.15

10 ganger a kr 100,- Sum totalt kr 1000,- hvor alt dekkes av Fritidskortet og ingen egenandel.

CROSS YOUNG

Alder 12-18 år

Funksjonell trening for ungdom i en gruppe med hovedfokus på styrke og kjernemuskulatur både med og uten treningsutstyr. Styrker grovmotorikken og gir følelsen av mestring under trening.

Periode 13.10.2021 til 15.12.2021

Onsdager kl 17.30 – 18.15

10 ganger a kr 100,- Sum totalt kr 1000,- hvor alt dekkes av Fritidskortet og ingen egenandel.

VINTER 2022

CROSS KID

Alder 6-11 år

Funksjonell trening basert på lek for barn i en gruppe med hovedfokus på bruk av personens egen kroppsvekt og kroppsbeherskelse.

Styrker grovmotorikken og gir følelsen av mestring under trening.

Periode 13.01.2022 til 17.03.2022

Onsdager kl 16.30 – 17.15

10 ganger a kr 100,- Sum totalt kr 1000,- hvor alt dekkes av Fritidskortet og ingen egenandel.

CROSS YOUNG

Alder 12-18 år

Funksjonell trening for ungdom i en gruppe med hovedfokus på styrke og kjernemuskulatur både med og uten treningsutstyr. Styrker grovmotorikken og gir følelsen av mestring under trening.

Periode 13.01.2022 til 17.03.2022

Onsdager kl 17.30 – 18.15

10 ganger a kr 100,- Sum totalt kr 1000,- hvor alt dekkes av Fritidskortet og ingen egenandel.

Påmelding - Du melder deg på en sesong av gangen !

Tlf **90081669/91651310**, epost: **post@calmafitness.no** Innen 10. Oktober 2021

Deltagers navn, f. dato., tlf. + Foresattes navn, adresse, tlf og epost

Modum Kommune dekker deltakeravgiften

Modum skal være forsøkskommune for fritidskortet høsten 2021 og våren 2022. Målet med fritidskortordningen er at flere barn og unge får delta i faste, organiserte aktiviteter. Det betyr at alle barn mellom 6 og 18 år får **1000,- kroner i halvåret**. Disse skal brukes til å dekke deltakeravgift til faste, jevnlig organiserte aktiviteter, som gir mulighet for tilhørighet over tid. Samtidig skal det arbeides ekstra med å få utsatte grupper, som i utgangspunktet har lav deltakelse, til å benytte kortet. Fritidskortet kan brukes på deltakeravgift, medlemsavgift og lisens. Fritidsmidlene dekker ikke ferietilbud, leiropphold eller turneringer. De dekker heller ikke sportsutstyr, instrumenter og andre direkte utgifter.

Betaling av deltakeravgiften

Foresatte må selv registrere og betale deltaker avgiften ved hjelp av ordningen med Fritidskortet.

For høsten 2021 vil dette gjelde for alle som er født i 2015 (årets førsteklasinger) t.o.m. 2003 (året de fyller 18).

Selve betalingsløsningen heter AiA og er testet ut av Asker kommune, som har vært pilotkommune tidligere. Lenke til betalingsløsningen vil finnes på kommunens hjemmeside og fritid123.no.

Den fungerer slik at foresatte logger seg inn med minID eller barnet/ungdommen logger seg inn med FEIDE-innlogging. Her kan dere betale tilsendte faktura med **KID (10 siffer)**.

Faktura vil bli sendt ut etter påmelding og oppstart !