

# SOMMERFERIE- PROGRAM

aktiviteter for barn og unge



Lørenskog  
kommune

# Turn og Aktivitetscamp – Lørenskog Gymnastikklag

Kom og bli med på en uke fylt med morsomme aktiviteter, turn i apparater, grop og andre idretter. Noe uteaktiviteter også hvis været tillater det.

**Sted:** Kjennhallens turn og flerbrukshall.

**Kl.:** 09.00-15.00 (åpent 08.00-16.00)

**Alder:** 6-15 år

**Antall deltagere:** 100

**Påmeldingsfrist 15. juni**



**Lørenskog Gymnastikklag**

www.lorenskoggym.no

tlf. 46895985

mailadr. post@lorenskoggym.no

For mer info, trykk [her](#)

**Uke 26** støttes av OBOS og Viken idrettskrets og har kun en egenandel kr. 300,-

**Uke 32** støttes av Gjensidigestiftelsen og er GRATIS



## Hammer Turn – sommercamp uke 26

Vi har gleden av å kunne invitere alle til Hammer Turn sin SommerCamp. Alle kan melde seg på og ingen tidligere turnerfaring er nødvendig for å være med.

### Mandag til fredag i uke 26

Dere kan forvente dager med mye aktivitet, læring, lek og moro! Gjennom dagen vil alle få prøve ulike aktiviteter som: parkour, trampoline, rytmisk gymnastikk, Mega-Airtrack, skranke, trampett/tumbling, cheerleading og mer.

På campen vil også våre dyktige trenere fra konkurransegruppene være tilstede for å lære bort nye triks!

### Praktisk informasjon

Oppmøte mellom 08:00-09:00 med frilek og aktivitet sammen med trener. Selve campen vil vare fra 09:00-15:00, med utsjekk mellom 15:00-16:00. Viktig å ha med god matpakke. Det vil serveres frukt og drikke til lunsjen.

### Påmelding

Påmelding gjøres enkelt ved denne linken [her](#)

SommerCamp (6 år+) kr. 300,- pr dag  
SommerCamp (6 år+) 3-5 dager kr. 850,-

Les mer på:

<https://hammerturn.no/sommercamp/>



## Sommerhåndballskole i uke 33

Vi inviterer til sommerskole mandag - onsdag i uke 33 for jenter født mellom 2011 - 2016. På denne håndballskolen vil våre flinke instruktører fra Lørenskog junior- og damelag tilby gode treningsøkter med fokus på mestring og glede.

For mer info trykk [her](#)



### Info:

For jenter født 2011 - 2016

**Tidspunkt:** 12. - 14. august

**Klokken:** 9 - 15

**Sted:** Lørenskoghallen

Lunsj og frukt hver dag.

Påmelding med fullt navn, fødselsår, klubb og evt. allergier sendes til:

**lorenskog@ronhandball.no**

**Pris:** 850 kr (vipps: 15346)

**Påmeldingsfrist:** 24.6.24

Mer info: [www.lorenskoghk.no](http://www.lorenskoghk.no)



# Velkommen til kreativ sommerferie workshop

Verkstedet inviterer til dager proppfull av kreativitet i sommerferien (uke 33). Søm, redesign, tie-dye og smykkelaging m.m er aktivitetene og alt med fokus på gjenbruk. Dette blir GØY :)

**Sted:** BRUKET på Fjellhamar

**Adresse:** Fjellhamarveien 52, 1472 Fjellhamar

**Alder:** 6-18 år (må ha startet på skolen)

**Tid:** kl. 10-15 (hver dag)

**Pris:** 750,- pr.dag (maks 13 plasser pr. dag)

Meld deg på 1 dag eller fler dager.

For info og påmelding trykk [her](#)

Velkommen!



Malin Rutle  
Kreativt Miljø  
932 84 716



## Sommerles, biblioteket

Fra 1. juni til 31. august kan alle som går i 1.-7. trinn delta på sommerles.no.

Sommerles gjør lesing enda morsommere, og det er helt gratis å være med :)

På sommerles.no kan du registrere bøker du har lest selv, og bøker du har lest sammen med noen eller lyttet til (høytlesning og lydbøker). Trykk [her](#) for å komme til nettsiden.

Når du har samlet nok poeng, og er på level 10, 20 eller 30 kan du hente premier på biblioteket :)



# Kom og dans med oss

Danseklubben Studio 1 arrangerer vår tradisjonelle sommerskole for barn mellom 6 - 12 år, mandag til fredag i uke 31!

For mer info og påmelding trykk [her](#)



Vi har fokus på bevegelsesglede, mestring og sosialt samvær. Barna vil lære forskjellige dansestiler og akrobatikk. I tillegg vil vi ha litt quiz, lek og annet gøy! Passer for alle barn uavhengig av tidligere danseerfaring!

## Praktisk informasjon

**Hvor:** Solheimveien 56, 3. etg i Studio 1 sine lokaler  
(Levering 8.00-9.00 og henting 15.00-16.00)

**Når:** Uke 31 mandag – fredag, kl. 09:00 – 15:00

**Hvem:** Barn 6 – 12 år

**Pris:** kr 1000,- for hele uken eller kr 250,- per dag

**Påmeldingsfrist:** 25. juli 2024 kl. 12.00

**Mail:** [mathilde@danseklubbenstudio1.com](mailto:mathilde@danseklubbenstudio1.com)

**Tlf:** 480 31 607

# Åpningstider Downtown sommer 2024

Downtown holder åpent gjennom hele sommeren for alle ungdommer fra ungdomsskolen til 23 år! Det er gratis å komme. Vi kommer til å gjennomføre noen aktiviteter sammen med Utekontakten. Dette opplyser vi om på våre sosiale medier.



Kom gjerne innom oss i  
1. etasje på Lørenskog hus.

## Kontaktinfo:

940 21 856

## Mail:

downtown@lorenskog.kommune.no

For mer info, trykk [her](#)

## ÅPNINGSTIDER SOMMER

**Uke 26** Mandag 16-22  
Onsdag 16-22  
Fredag 16-00  
Lørdag 16-00

**Uke 27** Onsdag 16-22  
Fredag 16-00  
Lørdag 16-00

**Uke 28** Mandag 16-22  
Onsdag 16-22  
Fredag 16-00  
Lørdag 16-00

**Uke 29** Mandag 16-22  
Onsdag 16-22  
Fredag 16-00  
Lørdag 16-00

**Uke 30** Onsdag 16-22  
Fredag 16-00  
Lørdag 16-00

**Uke 31** Onsdag 16-22  
Fredag 16-00  
Lørdag 16-00





# VOLT Camp

Mandag til fredag i uke 31 (29. juli-2. august) holder VOLT Nysirkus sommerkurs i luftakrobatikk i Aktivitetshuset VOLT i 6. etasje på Lørenskog hus. Kurset fokuserer på kreativ utfoldelse, samarbeid og treningsglede.

Alle deltakere kommer til å bli introdusert for klatring i stoffstykker (tissue) og triks i en stor metallring (ringtrapes) under trygg veiledning.

Alle er velkomne, også de som aldri har prøvd noen lignende tidligere. Vi har to grupper med 10 plasser per gruppe, delt inn etter alder, så deltakerne kan få best mulig tilrettelegging:

## Tider:

4.-5. klasse: kl. 10:00-12:00

6.-7. klasse: kl. 13:00-15:00

**Pris:** 1532,-

Det serveres frukt, kjeks og yoghurt til alle deltakerne.

**Bindende påmelding innen:** 8. juli 2024

**Påmelding sendes til:** [belasr@lorenskog.kommune.no](mailto:belasr@lorenskog.kommune.no)  
Kontakt Belén Asri på samme e-post for mer info eller telefon 48 10 21 82 i kontortid.

Du vil få en skriftlig bekreftelse når påmeldingen er mottatt, med lenke til betalingsløsning.



Fra 8.-12. juli holder VOLT åpent fra 09:00-15:00.

Kom innom for egenorganisert moro og aktiviteter!  
Øv dans på scenen, lag musikk i studio eller spill bordtennis.  
Kafeen er stengt for matservering.

For å sikre at du får rommene du vil bruke, anbefaler vi forhåndsbooking.  
Kontakt oss på @volt\_lorenskog på Instagram eller tlf: 48 22 84 16.

Vil du bruke musikkstudioet? Da må du ta vårt studioskurs først.  
Det er tilgjengelig for alle mellom 13-25 år.

**Pris:** 500,- inkludert medlemskap på VOLT Musikkverksted for høsten.



**Aktivitetshuset**  
**VOLT**

# Påmelding til sommeraktiviteter – UNIFY

Hele sommerferien (uke 26-32) tilbyr UNIFY gratis aktiviteter for ungdom som bor i Lørenskog. Paintball, Fangene på fortet, Tusenfryd, grilling, volleyball og mer.

Du kan se hele programmet [her](#)

(Vi tar forbehold om at værforandringer kan endre de aktuelle aktivitetene).

Trykk [her](#) for å melde deg på en aktivitet. Du får svar om du har fått plass på den aktiviteten du har meldt deg på, samt se info om tidspunkt og oppmøte.

**Mandag fra kl. 12 – 17**

**Torsdag fra kl. 10 – 18**

Velkommen innom!



## Viktig info:

- Alt av aktiviteter, transport, mat og drikke er gratis.
- På større arrangement som Tusenfryd, Playworld, Paintball og fotballkamper serverer vi ikke mat. Det er lov å ha med lommepenger hvis man ønsker det.
- Ønsker man å bli igjen på en aktivitet eller hentet av foresatte må dette formidles av foresatte på SMS/telefon (930 39 223) FØR aktiviteten.



**UNIFY**  
FOR UNGDOM - MED UNGDOM



Lørenskog  
kommune