



## HØSTEN 2017 Gratis aktivitetstilbud for barn, unge og voksne i Larvik kommune! Bli med på det du vil, når du vil; litt hver dag! (sist oppdatert uke 36)

### MANDAG

#### Dans

Tid: 09:30-10:30  
Alder: åpent  
Sted: Studio Nille  
(Hammergata 15)  
Kontaktperson Catrine  
Villmarksdottir  
Tlf. 41285920



#### Barnebuldring

Tid: 17:00-18:00  
Alder: 6-12 år  
Sted: Sjøparken, Agnes  
Stavern Buldreklubb  
Tlf. 97187316

#### Bordtennis

Tid: 18:30-20:00  
Alder: 10-16 år  
Sted: Fagerlihallen  
(Kremleveien 10)  
Larvik Bordtennisklubb  
Tlf. 99886154

#### Volleyball

Tid: 18:00-19:00  
Alder: 10-16 år  
Sted: Farrishallen (Ahlefeldts  
gate 4)  
Larvik Volleyballklubb  
Tlf. 95151215

#### Fabrikken Ungdomshus

Alder: 13-25 år  
Tid: 15.00-21.00

Åpen cafe og gamingrom hele kvelden

16-18.00: gratis middag  
18.00-19.00: SYNG- for deg som syntes det er gøy å synge sammen med andre, men kanskje ikke er klar for å delta i et kor.

Sted: Fabrikken  
(Kongegata 1)  
Tlf. 98231164

### TIRSDAG

#### Gå-trim for alle

Tid: 10:00-11:00  
Alder: alle  
Sted: Frisklivsentrallen  
(Badeparken 10)  
Tlf. 98231009

FRISKLIVSENTRALEN

#### Basistrening

Tid: 15:45-16:45  
Alder: Ungdom (16+)  
Sted: Thor Heyerdahl VGS,  
Treningssal, 3.etg (Hoffsgat.  
6, rom N322)  
Instruktør Ellen Hansen  
Tlf. 93089702

#### Zumba for kvinner

Tid: 17:00-18:00  
Alder: 16+  
Sted: Hedrum ungdomsskole  
(Vikingveien 7)  
Instruktør Loni Pedersen  
Tlf. 90667522

### ONSDAG

#### Ungdomsbuldring

Tid: 18:00-20:00  
Alder: 13-19 år  
Sted: Sjøparken, Agnes  
Stavern Buldreklubb  
Tlf. 97187316

#### Allidrett i basseng\*

Tid: 17:00-18:00  
Alder: 8-18 år  
Sted: Hedrum ungdomsskole  
Larvik kommune v/fritid  
\*Her må påmelding gjøres i forkant til Katja Tlf. 98231566

#### Diskgolf

Tid: 16:30-18:00  
Alder: alle  
Sted: Oppmøte  
v/klubbhuset på Nanset  
Idrettspark  
(Åsliveien 1)  
Nanset IF

#### JuniorFabrikken

Alder: 10-12 år  
Tid: 17.00-20.00

Åpen café hele kvelden, disco, gamingrom, hobbyverksted, brettspill og mer.  
Sted: Fabrikken  
(Kongegata 1)  
Tlf. 98231164

### TORSDAG

#### Dans

Tid: 09:30-10:30  
Alder: åpent  
Sted: Studio Nille  
(Hammergata 15)  
Kontaktperson Catrine Villmarksdottir  
Tlf. 41285920



#### Gå-trim for alle

Tid: 10:00-11:00  
Alder: alle  
Sted: Frisklivsentrallen (Badeparken 10)  
Tlf. 98231009

FRISKLIVSENTRALEN

#### Gå-trim for alle med 45 min. valgfri avsluttende sirkel/styrketrening

Tid: 11:00-12:45  
Alder: alle  
Sted: STAVERN (Hovedinngangen til Presteløkka)  
Tlf. 98231009

FRISKLIVSENTRALEN

#### Skating

Tid: 15:00-17:00  
Alder: 10-19 år  
Sted: Alfredhallen  
(Ryesgt. 28)  
Larvik Skateklubb  
Tlf. 41491552/92256192

#### Bordtennis

Tid: 16:00-18:00  
Alder: 10-16 år  
Sted: Fagerlihallen  
(Kremleveien 10)  
Larvik Bordtennisklubb  
Tlf. 99886154

#### Fabrikken Ungdomshus

Alder: 13-25 år

Musikkhjørnet, Tid: 16:00-18:00

Hobbyverksted, Tid: 17:00-19:00

Street art, Tid: 18:00-21:00

Sted: Fabrikken  
(Kongegata 1)  
Tlf. 98231164



### FREDAG

#### Zumba for kvinner

Tid: 17:00-18:00  
Alder: 16+  
Sted: Hedrum ungdomsskole  
(Vikingveien 7)  
Instruktør Loni Pedersen  
Tlf. 90667522

### LØRDAG

#### Svømming

Tid: 14:00-16:00  
Alder: 10-16 år  
Sted: Hedrum ungdomsskole  
(Vikingveien 7)  
Larvik svømmeklubb

### SØNDAG

#### Fotball-moro

Tid: 16:00-19:00  
Alder: 15-19 år  
Sted: Bommestadhallen  
(Rauanveien 100)  
Tlf. 98231936  
**NB: kun oktober-mars**

#### Om aktivitetene:

Klubbene/instruktørene stiller med nødvendig utstyr. Ta med vannflaske, lett treningstøy tilpasset aktiviteten og sko til innendørsbruk hvis du har. Det vil ikke være aktivitetstilbud på skolens fridager dersom ikke annen informasjon er gitt. For mer informasjon om de spesifikke tilbudene se [aktivlarvik.no](http://aktivlarvik.no), eller ta kontakt med foreningen/instruktøren direkte (se telefonnr. til aktiviteten). Har du spørsmål om Aktiv Larvik, ta kontakt med Larvik kommune ([hes@larvik.kommune.no](mailto:hes@larvik.kommune.no)).

**Husk vår årlige høstferie-camp:** Gratis aktivitetsleir for 5.-10. klasse i uke 40 (sjekk [aktivlarvik.no](http://aktivlarvik.no) for mer info og påmelding). Vinter-camp er i uke 8.

**Har du lyst å melde deg inn i en forening, men trenger å låne utstyr eller har ikke råd til medlemskontingent?** Ta kontakt med frivilligsentralen, Kongegata 18, 98231964.

Ønsker du en **Aktiv Kompis** – en aktivitetsvenn – fordi du trenger litt hjelp til å begynne med en aktivitet, ta kontakt: [ellen.hansen@larvik.kommune.no](mailto:ellen.hansen@larvik.kommune.no).

**Ønsker du å starte opp en uorganisert aktivitet?** Søk inntil 5000,- til lokale aktivitetstiltak. Frist 1. februar og 1. september.