

AKTIVITETER FOR BARN OG UNGE I KRISTIANSUND 2024

SÖMMERSKOLEN



5-20
ÅR

VELKOMMEN TIL SOMMERSKOLEN 2024

Sommerskolen er for deg mellom 5-20 år

Sommerskolen er et aktivitetstilbud for alle barn og unge i Kristiansund. Her skal alle føle seg velkommen og som en del av gjengen i de aktivitetene man deltar på.

Noen av aktivitetene er organisert av frivillige lag og organisasjoner, mens andre aktiviteter er igangsatt av Kristiansund kommune. Hver aktivitet har en kontaktperson for påmelding og beskjeder. Har dere fått bekreftet plass på en aktivitet og noe kommer i veien - vennligst gi beskjed til kontaktperson for den aktuelle aktiviteten.

Husk å sende med mat og drikke hver dag når barna deltar i Sommerskolen.

Påmelding

Noen av aktivitetene har en påmeldingsavgift, og dette passer ikke lommeboken for riktig alle. I så tilfelle, ta kontakt med arrangøren av kurset angående dette, da flere har midler tilgjengelige for å tilby rimeligere eller gratis plass.

Vi håper tilbudene faller i smak og bidrar til å skape gode minner for sommeren 2024!

God sommer fra oss i Kristiansund kommune



10-13
ÅR

KLATRING

Kristiansund Klatresenter tilbyr klatrecamp i år igjen, etter stor suksess tidligere år. Her tilbyr vi klatreglede, teknikktraining, lek og bulder, alt innenfor trygge rammer av erfarne instruktører. Velkommen til klatrecamp hos oss. Dette blir gøy.



PRAKTISK INFO

TID: 24.06 – 28.06 kl. 09.00-15.00
PRIS: 2500,-
ALDER: 10 - 13 år
STED: Kristiansund Klatresenter

PÅMELDING:
renate@kristiansundklatresenter.no

KONTAKTPERSON:
Renate Saur
tlf. 93401202



9-13
ÅR

KHK FRITIDSCAMP

Denne sommeren arrangerer KHK Fritidscamp, og vi gleder oss til å se deg der!

For hvem?

Fritidscampen er perfekt for deg som elsker morsomme aktiviteter både utendørs og innendørs. Vi har et variert program med mange spennende aktiviteter, utfordringer, konkurranser og engasjerte ledere. Hvis du ønsker en aktiv start på sommerferien, er dette stedet for deg!

Hva får du?

Mange ulike aktiviteter og utfordringer. Konkurranser og engasjerende ledere. Mat og drikke inkludert. Vi satser på finvær og grilling!

Mer informasjon sendes til alle deltakere før start av Fritidscamp.

Vi ser frem til en uforglemmelig sommeruke sammen med deg!

PRAKTISK INFO

TID: 24.06 – 28.06 kl. 09.00-14.30
PRIS: 1600,-
ALDER: 9 - 13 år
STED: Idrettshallen
 (Utendørs og innendørs)
ARR: Kristiansund Håndballklubb

KONTAKTPERSON:
 Fredrik Elias Rekkedal
 fredrik.er@hotmail.com

PÅMELDING:
 Hjemmesiden til KHK: www.kristiansund-hk.no
 Påmeldingsfrist: 17.06 kl. 18.00



9-14
ÅR

FRILUFTSSKOLEN

Friluftsskole på Viken Gård er en tradisjon og i 2024 blir det 4 uker med herlig friluftsmorro. Vi åpner for 30 deltakere hver uke og vil bruke området ved Viken Gård samt turområdene rundt. Detaljer for hver dag vil avhenge av vær og forhold, men noen stikkord er fisketur, bading, overnatting i telt, bueskyting, klatrepark, tur i fjæra, fjelltur, kart og kompass og mye mer. Og så blir det selvsagt bading, utelek og moro sammen med andre barn og ungdom.

Foto: Mattis Mikkelsen

PRAKTISK INFO

- TID:** Uke 26: Mandag 24. juni – fredag 28. juni
Uke 27: Mandag 1. juli – fredag 5. juli
Uke 28: Mandag 8. juli – fredag 12. juli
Uke 29: Mandag 15. juli – fredag 19. juli
kl. 08.30-15.30
- PRIS:** 1100,-
- ALDER:** 9 - 14 år
- STED:** Viken Gård
- ARR:** Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal

KONTAKTPERSON:
Mattis Mikkelsen
mattis@friluftsråd.no

PÅMELDING:
www.friluftsråd.no





FRA 5.
TRINN

MUSIKALCAMP

Liker du å spille teater, synge og danse? I denne sommercampen skal vi jobbe med musikal hele uken! Vi leker med manus, teater, musikk, dans, og kanskje har vi til slutt vårt eget lille show? Det kan være greit om du har vært med på noe forestillingsarbeid fra før, men hovedsaken er at du synes musikal er gøy! Vi gleder oss til å treffe DEG!



PRAKTISK INFO

TID: 05.08 – 09.08 kl. 10.00-14.00
PRIS: Gratis
ALDER: Fra 5.trinn
STED: Festiviteten

PÅMELDING:
maia.willemine@gmail.com

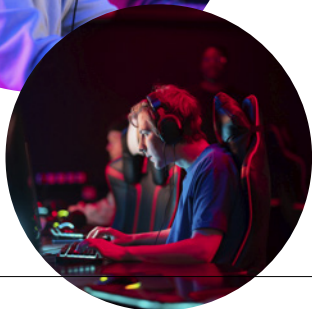
KONTAKTPERSON:
Maia Dullaert
tlf. 916 04 504



12-18
ÅR

FPS-SKOLEN

Her skal vi gå igjennom grunnleggende informasjon om FPS verden. Her skal vi jobbe med å forbedre aim og strategiplanlegging. Du får også lære om teamplay og hvordan eliten spiller kamper. Du vil også jobbe for å få en dypere kunnskap om spillene generelt. Her kan du få et innblikk i verktøyene du trenger til å ta spillinga di til et nytt nivå.



PRAKTISK INFO

TID: 15.07 – 19.07 kl. 12.00-17.00
PRIS: Gratis
ALDER: 12 - 18 år
STED: Bakgården Ungdomshus
ARR: Convention

PÅMELDING:
tony@convention.no

KONTAKTPERSON:
Tony Steira
tony@convention.no



1-7
TRINN

SOMMERLES

Lesing er kjekt, og Sommerles gjør det enda artigere! Lag en profil på Sommerles.no, registrer bøker, få lesetips, løs oppgaver og følg med på hva vennene dine leser. Her kan du også lese årets spennende fortelling «Natt på biblioteket». Sommerles er for alle barn på 1. til 7. trinn. For hver bok du legger inn, får du XP (poeng) og går etter hvert opp i level. Du kan lese vanlige bøker, e-bøker, lydbøker, tegneserier, eller du kan bli lest for - all lesing teller. Og selvsagt har vi premier! Når du registrerer bøker du har lest, får du digitale trofeer til profilen din på nettsiden, og du kan hente premier på biblioteket i løpet av sommeren. For å bli med på Sommerles må barna lage seg en profil på sommerles.no sammen med en voksen. Foresatte må gi tillatelse til at barna deltar, og dere må bruke foresattes e-postadresse ved registrering. Hvis dere trenger hjelp, er det bare å spørre på Kristiansund bibliotek.



PRAKTISK INFO

TID Hele sommeren
ALDER Til 7.klasse
PRIS Gratis

For mer info, gå til:
www.sommerles.no



5-18
ÅR

SOMMERTURN

Kan du turne fra før, eller er du helt ny? Vil du lære rulle, hjul og håndstående eller jobbe med bro, flikk-flakk, forlengs og baklengs salto? Da er dette noe for deg! Du får mulighet til å prøve airtrack, skranke, bom, ringer og akrobatikk m.m. Sommerturn er et tilbud for alle jenter og gutter fra 5 til 18 år, og gir en unik mulighet til å prøve nye ting og å holde vedlike de ferdighetene man har. Det blir sommerturn fra mandag til fredag, og alle kan velge om de vil være med på en, to eller tre uker.

PRAKTISK INFO

TID	Uke 26 (24.-28. juni) Uke 27 (1.-5. juli) Uke 28 (8.-12. juli)
ALDER	Fra 1. kl til 4. kl. (født 2018-2015): 09:30-11:30 Fra 5. kl. til 18 år (født 2014-2006): 12:00-14:30
STED	Braatthallen Garderobe nr. 7 (fra 1. kl.-4. kl.) Garderobe nr. 8 (fra 5. kl.-18 år)
PRIS	Gratis
ARR.	Kristiansunds Turnforening

PÅMELDING

Se hjemmesiden til KTF, <http://turn.kristiansund.com/>

KONTAKT:

Kristiansunds Turnforening
ktfturn@hotmail.com





7-11
ÅR

TINE FOTBALLSKOLE

To treningsøker pr. dag med lunsj mellom. Det blir fokus på tekniske øvelser, og spill. Sunn lunsj med brødmat, knekkebrød, frukt og drikke.

Aktør: Fotballklubben Clausenengen Kristiansund



PRAKTISK INFO

- TID:** Juni: 24.06 – 28.06 kl. 09.00-15.00
August: 14.08 – 16.08 kl. 09.00-15.00
- PRIS:** 1400,- (juni)
1000,- (august)
- ALDER:** 7 - 11 år
- STED:** Nordvesthallen
- PÅMELDING:**
Påmelding på hjemmesiden www.fotballaktiviteter.no
- KONTAKTPERSON:**
Jan Trygve Pedersen
jan.trygve.pedersen@cfk.no



14-19
ÅR

BANDCAMP

Spiller du et instrument, og har du lyst til å spille i band? Da kan du melde deg på sommerskolen for band og samspill. Her vil vi arrangere frem kjente låter sammen og avslutter uka med en konsert. Du må kunne spille et bandinstrument som trommer, gitar, bass, keyboard, eller sang.

Instruktører: Jan Terje Sager: musiker, gitar - og band lærer i Kristiansund Kulturskole og Simon Kongshaug: musiker, tromme og bandlærer i Kristiansund og Averøy kulturskole



PRAKTISK INFO

TID: 24.06 – 28.06 kl. 10.00-14.00
PRIS: Gratis
ALDER: 14 - 19 år
STED: Bakgården Ungdomshus

PÅMELDING:
jan.terje.sager@kristiansund.kommune.no

KONTAKTPERSON:
Jan Terje Sager
tlf. 908 70 605



12-19
ÅR

KUNSTCAMP

Kunst-Camp i Bakgården. En uke til tegning og maling. Vi jobber med et enkelt tema, der ingenting er rett eller galt. Målet er at du skal få uttrykke det som er riktig for deg.



PRAKTISK INFO

TID: 08.07 – 12.07 kl. 11.00-15.00
PRIS: Gratis
ALDER: 12 - 19 år
STED: Bakgården Ungdomshus

KONTAKTPERSON:
Reinhold Unhjem

PÅMELDING:
reinhold.ziegler2@outlook.com



11-13
ÅR

SOMMER FOTBALLSKOLE FOR JENTER

En hel uke med aktivitet for fotball-glade jenter. Dagene har fokus på fotball øvelser og kamp-trening, med eksterne og interne dyktige trenere. Det kommer bidragsytere fra kretsen, KBK rekrutt og KBK Kvinner. Det serveres koldtbord frokost, og varm lunsj, hver dag.

Det legges i år, som tidligere år, også opp til en dag med utflukt grilling, og bading. Samt en tur til badeland.



PRAKTISK INFO

TID: 24.06 – 28.06 kl. 09.00-15.00
PRIS: 1100,-
ALDER: 11 - 13 år
STED: Nordlandet Kunstgressbane

KONTAKTPERSON:
Geir Egil Jensen

PÅMELDING:
post@nordlandet.no
(innen 19. juni)





13-16
ÅR

OPTIMA TRENINGSLER

Er du interessert i trening, liker å være aktiv og ønsker å utvikle deg i din idrett? Da er denne treningsleiren midt i blinken for deg! Vi tilbyr et variert program fra klokken 9 til 14 hver dag, skreddersydd for ungdommer mellom 13 og 16 år. Målet med leiren er å utforske og utvikle kunnskap og ferdigheter innenfor din idrett, samtidig som vi legger vekt på mestring og moro i treningen. Programmet inneholder fysisk trening og morsomme aktiviteter, med fokus på styrke-, spenst-, utholdenhet- og bevegelighetstrening, i tillegg til litt om ernæring og livsstil. Bli med oss på en uke full av læring, utfordringer og fellesskap!



PRAKTISK INFO

TID: 24.06 – 27.06 kl. 09.00-14.00

PRIS: 1900,-

ALDER: 13 - 16 år

STED: Optima Helse

PÅMELDING:

nessrolland@gmail.com

KONTAKTPERSON:

Sigve Ness Rolland



15-19
ÅR

YOGACAMP

Dette blir en uke der du får fordype deg i yogaens verden. Denne uken vil du lære klassiske yogaøvelser, pusteøvelser, enkel meditasjonsteknikk og bli bedre kjent med deg selv. Du må ikke ha erfaring i yoga fra før, da du gjør individuelle tilpasninger etter behov. Ha på bevegelige klær, og ta med egen yogamatte.



PRAKTISK INFO

TID: 29.07 – 02.08 kl. 10.00-14.00
PRIS: Gratis
ALDER: 15 - 19 år
STED: Gamle Biblioteket
(dancesalen over Bakgården ungdomshus)

PÅMELDING:
maia.willemine@gmail.com

KONTAKTPERSON:
Maia Dullaert
tlf. 91604504



5. 6. 7.
KLASSE

SOMMERKIRKA

Velkommen til sommerdager i - og utenfor Nordlandet kirke! Varierte dager med utforsking av kirka fra kjeller til klokketårn. Det blir ulike hobby - og snekkeraktiviteter, og vi ser til hageflekken - kanskje er det også noe å smake på der? En gjennomgående tråd i dagene, er at vi lager fortellingen om sauen som forsvant. Her får alle velge ulike oppgaver som å tove, dramatisere, lage kulisser, synge, spille eller lese. Det blir også rikelig med tid til lek, bålpopcorn, grilling og spill. Vi håper på fint vær og utflukter til badeplass, bane og skog. Vi har plass til 15 barn i mellomtrinnet og ønsker varmt velkommen!

Sommerkirken er et samarbeid mellom Frei, Kristiansund og Nordlandet menighet.



PRAKTISK INFO

TID: 14.08 – 16.08 kl. 10.00-15.00
PRIS: 200,-
ALDER: For dem som skal starte i 5., 6.
Eller 7. Klasse
STED: Nordlandet kirke

PÅMELDING:
ingebjorg.dahle@kristiansund.kommune.no

KONTAKTPERSON:
Ingebjørg Dahle Johansen,



13-19
ÅR

BANDCAMP-MASTERCLASS FOR BAND

Drømmer du om å skinne på scenen som en del av ditt fantastiske band? Vil dere forfine deres ferdigheter som band og lære dere å samarbeide enda bedre som band? Da er BandCamp med Brynjar Takle Ohr det perfekte stedet for ditt band denne sommeren!

På BandCamp med Brynjar Takle Ohr vil du og ditt band få muligheten til å oppleve en intensiv og inspirerende sommercamp designet spesielt for band. Under veiledning av den anerkjente musikeren og bandlederen Brynjar Takle Ohr, vil dere utforske nye musikalske horisonter, forbedre deres samspill og ta deres musikk til nye høyder.

Enten dere er et erfarent band eller nettopp har begynt å utforske mulighetene i bandlivet, vil BandCamp med Brynjar Takle Ohr gi dere den perfekte muligheten til å vokse sammen som et band, utforske deres kreative potensial og skape minner som vil vare livet ut. Så slå dere sammen med oss denne sommeren, og la musikken deres skinne på BandCamp!

PRAKTISK INFO

TID: 12.08 – 16.08 kl. 10.00-14.00
PRIS: Gratis
ALDER: 13 - 19 år
STED: Bakgården Ungdomshus

PÅMELDING:
jan.terje.sager@kristiansund.kommune.no

KONTAKTPERSON:
Jan Terje Sager



11-19
ÅR

UNGDOMSVERKSTEDET: KREATIV SOMMERMAGI I VÅGEN

Er du klar for tre dager med utforskning av dine kreative muligheter hvor du får utforsket ditt indre håndverkerpotensial? Vi inviterer til tre dagers sommerskole for unge entreprenører og skapere i alderen 11-19 år. Her vil du få en unik mulighet til å dykke inn i en verden av snekring, smiing og til og med få en smak av sveising og lodding. Enten du kan mye om trehåndverk og metallarbeid eller bare er nysgjerrig på å lære noe nytt, så tilrettelegger våre erfarne instruktører slik at denne sommerskolen setter dine kreative evner på prøve uansett.

Vi veileder deg gjennom hvert trinn, slik at du kan føle deg trygg mens du utforsker nye ferdigheter og skaper fantastiske prosjekter sammen med likesinnede ungdommer.

Men det er ikke alt! Vi vil også ta deg med ut på båttur og grilling (forutsatt godt vær).

Bli med oss på Levende Vågen sommeren 2024, og la oss sammen forme en uforglemmelig opplevelse av læring, mestring, hygge og fellesskap.

PRAKTISK INFO

TID: 02.07 – 04.07 kl.10.00-14.00
PRIS: Gratis
ALDER: 11 - 19 år
STED: Levende Vågen

PÅMELDING:
govangen@gmail.com (innen 26 juni)

KONTAKTPERSON:
Geir Ove Vangen.



13-19
ÅR

TEATERVERKSTEDET: SÅ SI DET DA

Bli med på sommerens teaterverksted! Dette er kurset for deg som drømmer om å bli skuespiller, skrive kreative tekster, og liker å uttrykke deg selv og ikke minst leke og improvisere. Kurset passer både for deg som har stått på en scene før, og deg som aldri har det.

Vi øver på blant annet samspill, stemmebruk, fortelling, improvisasjon, kroppsbevissthet, tekstutvikling og å skape trygghet på scenen. Kanskje framfører vi noe mot slutten? Hjertelig velkommen til en trivelig, kreativ og gøy uke sammen på Bakgården Ungdomshus!



PRAKTISK INFO

TID: 01.07 – 05.07 kl.10.00-14.00
PRIS: Gratis
ALDER: 13 - 19 år
STED: Bakgården Ungdomshus

PÅMELDING:

Innen 26. juni til: sigrid_alnaes@hotmail.com
Med informasjon om navn og alder til kursdeltaker.

KONTAKTPERSON:

Sigrid Alnæs
tlf. 99387158



7-13
ÅR

SBM SOMMERSKOLE - TENNISKIDS

Tenniskids er et veletablert konsept fra Norges tennisforbund som benyttes for introduksjon av nye og øvrige barn / ungdom for å utvikle ferdigheter som gir glede og mestringsfølelse gjennom utøvelse av tennis som idrett. Her er det høy grad av variasjon på øvelser som bidrar til trygghet, idrettsglede og gir mestringsfølelse for barn og ungdommer.



PRAKTISK INFO

TID: 26.06 – 28.06 kl.09.00-15.00
PRIS: 200,-
ALDER: 7 - 13 år
STED: Tennisveien 35, på klubbens anlegg

KONTAKTPERSON:
Ingeborg Fagerli Johannesen
ingeborgfj@gmail.com

PÅMELDING:





11-15
ÅR

KREATIVT SKRIVEKURS

Driver du med skrijving og sånn? Skriver du små tekster, dikt og kanskje lange tekster om ting du er opptatt av? Da kan du melde deg på skrivekurs med Endre Ruset, og utvikle deg mer! Sommerkurset for kreativ skrijving er for de som liker å skrive, enten de har skrevet mye eller lite. Liker du å fortelle historier, skrive sangtekster, skrive dikt? Liker du instapoesi? Slampoesi? Spøkkeshistorier eller kjærlighetsromaner? Eller har du kanskje en drøm om å skrive manus til en film eller en tv-serie?

Dette er noen av temaene vi sveiper innom i løpet av sommerkurset for kreativ skrijving! Skapende skrijving er et tilbud til de som ønsker å utforske et personlig uttrykk hvor ord/tekst er det bærende i uttrykket. Elevene skal utvikle glede ved god form, fortelling og formidling og ved å bruke begreper og tekster i ulike sammenhenger.

Her står det kreative i sentrum og ikke rettskrivingen. Målet er å stimulere elevenes skriveglede og leselyst. Dette kurset er et aktivt skrivekurs der vi bruker både skriverommet, byen og naturen aktivt til å få ord ned på papiret. I løpet av kurset får du mulighet til å lære deg flere litterære teknikker og utfolde deg med kreative skriveoppgaver.

PRAKTISK INFO

TID: 22.07 – 26.07 kl. 10.00-15.00
PRIS: Gratis
ALDER: 11 - 15 år
STED: Bakgården Ungdomshus

PÅMELDING:
gravkapell@gmail.com

KONTAKTPERSON:
Endre Ruset



6-10
ÅR

SOMMERSKOLENS MUSIKK-KURS

24.-28. juni tilbyr kulturskolen et variert kurs i musikk for barn i alderen 6-10 år. Kurset består av rytmegruppe, ukuleleundervisning og barnekor. Dette er et pakketilbud, slik at barna deltar i alle de tre gruppene fra kl.9:00-12:15. Barna får servert lunsj i den ene pausen. Kurset ledes av musikkterapeut Frida J. Sende.

- Rytmegruppe kl.09:00-09:45
- Ukulelekurs kl.10:00-10:45
- Lunsj
- Barnekor kl. 11:30-12:15

Rytmegruppe: I rytmegruppen leker vi oss med rytmer og bevegelser, og alle barna får prøve å spille på forskjellige rytmeinstrumenter i et felles samspill. Det blir kjempegøy!

Ukulelekurs: Har du lyst til å spille ukulele? Her kan du lære å spille akkorder på dette morsomme instrumentet! Kanskje vi klarer å spille hele sanger i slutten av uken??

Barnekor: I barnekoret skal vi ha det gøy med stemmene våre! Vi utforsker ulike måter å synges på, og synger både velkjente og nye sanger sammen. Velkommen skal dere være!

PRAKTISK INFO

TID: 24.06 – 28.06 kl. 09.00-12.15
PRIS: Gratis
ALDER: 6 - 10 år
STED: Atlanten ungdomsskole, kulturskolen

PÅMELDING:
frida.jasmin.sende@kristiansund.kommune.no

KONTAKTPERSON:
Frida Jasmin Sende



6-16
ÅR

PAINTBALL

Vi planlegger sommerskole for barn og unge i sommer på paintballbanen.

BARN 6 - 10 ÅR

Dette blir utført med Gel-blastere som skyter små gelkuler som er bedre for de små. De får utlevert kjeledress, hansker og vernebriller. Det blir grillet pølse/hamburgere og de får vann/saft etter ønske. Ha med hansker og gode sko

PRAKTISK INFO

TID: 08.07 kl. 10.00-15.00
PRIS: 100,-
ALDER: 6 - 10 år
STED: Paintballbanen
ARR: Kristiansund Paintballklubb

UNGDOM 11 - 16 ÅR

Dette blir med vanlige paintball-markører og de får opplæring i hvordan spille, sikkerhet og taktikk. Her får de utlevert kjeledress, masker, hansker og buff. Det blir grillet pølse/hamburgere og de får vann/saft etter ønske. Ha med gode sko.

PRAKTISK INFO

TID: 09.07 – 10.07 kl. 10.00-15.00
PRIS: 250,-
ALDER: 11 - 16 år
STED: Paintballbanen
ARR: Kristiansund Paintballklubb

PÅMELDING: lihoeyem@neasonline.no (innen 1 juli) • **KONTAKTPERSON:** Lill Høyemsvoll



VELKOMMEN TIL SOMMERSKOLEN 2024



Kristiansund
kommune