

Halloween Jam

Här hittar ni all information om Halloween jamet vi i FRS Kungsbacka anordnar under höstlovet. Om det är några frågor om jamet kontakta gärna oss!

Plats/Datum/Ålder

Jamet är mellan den **1 till den 3 november** mellan **14:00 - 21:00 alla dagarna** i våran egen parkour hall som ligger på **energigatan 23** i Kungsbacka. Alla kan komma från **8 år och uppåt**.

Kids Mini Jam är den **1 november** mellan **10:30 - 13:00** för **5-7 år**.

Jam?

Jam är inom Parkour ett gemensamt framförande där alla inom sporten träffas och helt enkelt utövar sporten under en viss tid under en dag/dagar och peppar och hjälper varandra hela tiden för att uppnå nya mål. På jamet kan det planeras mängder av olika aktiviteter i form av tävlingar, uppvisningar och såklart träning för att utveckla sig inom sporten med hjälp av utbildade ledare. Vila är viktigt och därför brukar det också vara en gemensam paus där man får vila och äta. Helt enkelt en super rolig aktivitet för alla inom Parkour.

Kids Mini Jam?

Kids Mini Jam är för yngre aktiva! Här kör vi liknande saker som vi kör i ett vanligt Jam men det är anpassat mer efter åldrarna 5-7 år.

Förklädnad!!

Jamet kommer satsa på ett halloween tema så kom gärna utklädd! Tänk bara på att du skall kunna vara aktiv i din förklädnad eller kunna ta av den under aktivitet!!

Viktigt att veta

Som aktiv behöver man inte stanna 7 timmar om man inte vill men i så fall talar man om det till ledarna. Om man kommer senare skickar man iväg ett mail. Ledarna tar upp vad som gäller vid start. Samma gäller under Kids Mini Jam.

Tag med

Under jamet skall man ta med sig inneskor, träningskläder och gärna en vattenflaska samt något att äta om man stannar där hela dagen. Micro finns i hallen om man behöver värma mat. Det finns matredskap i köket!



Pris

En dag 7 timmar kommer att kosta 350 kr. För två dagar blir det 500 kr.

OBS!! I anmälan kommer det finnas en anmälan för en dag (avgift för en dag) och en annan anmälan för två dagar (avgift för två dagar)! En aktiv kan max vara med på två dagar! Det kommer också finnas en separat anmälan för varje dag som man också behöver anmäla sig på för att tala om vilken dag/dagar man kommer!

Kids Mini Jam är en dag på 2.5 timmar och kommer ligga som en separat anmälan och kostar **150 kr**.

Alla dagarna kommer innehålla olika tävlingar och aktiviteter! Under jamet kommer det också att bjudas på lite smått och gått och delas ut priser för olika tävlingar! Alla tider och dagar står i anmälan nedan

Anmälan

Gå in på FRS hemsida www.frskungsbacka.se och tryck på TRÄNINGSANMÄLAN under fliken "VÅRA GRUPPER".

OBS!

Det kommer finnas fem separata anmälningar. En för respektive dag och två andra för avgift för en eller två dagar, så välj rätt!! Om du inte är medlem ännu tillkommer det en medlemsavgift på 150 kr automatiskt!

Frågor

Om det är några frågor och funderingar kontakta gärna oss via mail eller genom någon av våra sociala medier!

Kontakt: frskungsbacka@gmail.com

Sociala medier



frskungsbacka



Aspera



FRS Kungsbacka