



# Velkommen til ny vintersesong i Søre Ål IL!

## Aktiviteten starter opp i uke 42 (etter høstferien)

### Langrenn

Opplev lekpreget skiglede sammen med dine venner i nærliggende anlegg. Oppmøte ved Skogenhallbanen v/ Søre Ål skole fram til det er snø i Engesvea aktivitetspark. All trening foregår ute. Klubben har skiutstyr til utlån!

#### 1.- 4. klasse

Tirsdager kl. 18.00 - 19.00

#### 5.- 6. klasse

Tirsdager kl. 18.00 - 19.15

Torsdager kl. 18.00 - 19.30

#### 7. klasse og eldre

Kan delta på Søre Ål IL sine treninger og/eller tilbud om trening i samarbeid med naboklubber.

Ansvarlig: Erik Stange, tlf.: 45872737  
[erik.stange@nina.no](mailto:erik.stange@nina.no)

### Skihopp

Hopptrainingen har fokus på lek, moro og mestring. Hoppbakkene har størrelser fra K5 til K40. Klubben har utlån av hoppski som passer skisko.

#### 5. klasse og eldre

Mandager kl. 18.00-19.00 inne i Håkons Hall. Treningen fortsetter ute når bakkene i Engesvea aktivitetspark åpner.

#### 1.-4. klasse

Det blir ikke innetrening i høst, og sesongen starter så snart hoppbakkene i Engesvea aktivitetspark åpner.

Ansvarlig: Steinar Semmingsen, tlf.: 41104786  
[steinar.semmingsen@gmail.com](mailto:steinar.semmingsen@gmail.com)

### Idrettsskole

Idrettsskolen er et variert aktivitetstilbud der barna får prøve flere idretter i ulike miljøer: i sal, i skogen, på løkka, på snø og på is. Det veksles mellom å være inne i gymsalene på Åretta skole og ute i nærmiljøet, blant annet Skogenhallbanen og Engesvea aktivitetspark.

Barn fra alle skolekretser kan delta!

**Førskole:** Mandager kl. 17.00 – 18.00

**1. klasse:** Torsdager kl. 17.00 – 18.00

**2. klasse:** Torsdager kl. 18.00 – 19.00

**3.-4. klasse:** Torsdager kl. 18.00 – 19.00

Ansvarlig: Svein Erik Nordhagen, tlf.: 99256955  
[svein.erik.nordhagen@inn.no](mailto:svein.erik.nordhagen@inn.no)

### Allidrett Ungdom 13-18 år

Vi kommer til å forsøke å starte opp en gruppe med allsidig aktivitet for ungdom i alderen 13-18 år i gymsalen på Åretta ungdomsskole på onsdager kl. 20.00. Vi kommer tilbake med mer informasjon.

Kontakt: [svein.erik.nordhagen@inn.no](mailto:svein.erik.nordhagen@inn.no)

### Mosjons- og Birkebeinergruppe

Torsdager kl. 19.00 - 20.30

Oppmøte: Gymsalen på Åretta ungdomsskole  
*Passer best for ungdom og eldre*

Kontakt: [post@saal.no](mailto:post@saal.no)

### Skøyter

Det kommer til å bli annonsert skøyteaktivitet i Ungdomshallen enkelte søndager i løpet av vinteren. Hovedtreneren for skøyter er på utenlandsopphold denne sesongen, og skøyteskolen startes opp igjen fra høsten 2024.

Kontakt: [post@saal.no](mailto:post@saal.no)

**Våre verdier: fellesskap, mestring, idretts glede og folkehelse**



## Vi ønsker deg velkommen som medlem i Søre Ål IL!

Søre Ål IL sin visjon er «idretts glede og fellesskap for alle», som vi ønsker å oppnå gjennom å skape allsidige aktivitetstilbud og møteplasser innen våre idretter både sommer og vinter. Idrettslaget tilbyr hopp, kombinert, langrenn, skøyter, fotball og idrettsskole til over 350 barn og unge i alderen 5 til 18 år. I tillegg arrangeres det treningsgrupper for voksne. En viktig felles målsetning for alle gren i Søre Ål IL er å beholde flest mulig lengst mulig.

Medlemskontingenten i Søre Ål IL er lav sammenlignet med de fleste andre idrettslag, samtidig som det ikke er treningsavgifter. Søre Ål IL har ingen ansatte og frivillig innsats er dermed viktig for at vi skal opprettholde et godt aktivitetstilbud for barn og unge og sikre nødvendige inntekter.

Aktiv kontingent	kr. 800,-
Familiekontingent	kr. 1300,-
Støttemedlem	kr. 250,-

Vi håper at gamle og nye medlemmer blir med inn i vintersesongen!

**Vi jobber for idretts glede og fellesskap for alle!**

[www.soreaal.no](http://www.soreaal.no)

[www.facebook.com/soreaalil](https://www.facebook.com/soreaalil)



Gullpartnere:



Sølvpartnere:



Hverdagshelter:

