



# BLI MED OG HOPP!

## LEK & MORO | UTFORDRENDE | MESTRINGSGLEDE

Ja det stemmer det. Hopp er både gøy og utfordrende, samtidig som det gir en utrolig mestringsglede når man står hele bakken ned for første gang. Man trenger ikke være født med ski i V-stil for å hoppe i Åsenkollen. Her er det tilrettelagt for alle aldre og ferdigheter.

### Praktisk informasjon:

**Utstyr:** Langrennsski, hjelm og drikke.

**Bekledning:** Vanlige vinterklær.

**Tid:** Onsdager fra kl. 18.00

**Bakkestørrelser:** K5 | K10 | K20 | K30 | K48

**Facebook:** Følg med på Åsenkollen – IL Nansen hopp for løpende oppdateringer

**HER LÆRER BARNA Å UTFORDRE SEG SELV, BYGGE SELVTILLIT OG OPPLIVE SPENNINGEN AV Å BRYTE BARRIERER GJENNOM LEK OG MORO.**

**Kontakt:  
René Lisund  
92899722 eller  
Messenger**



**Facebookgruppe:  
Åsenkollen – IL  
Nansen hopp**

### **STED OG TID**

**Åsenkollen |  
Dalsbygda**

**Onsdager kl 18.00  
og utover, og ellers  
når muligheten byr  
seg**