



# Kroppsoving – for alle!

Folkehelsekoordinator i Kvinnherad kommune og  
Hordaland idrettskrets

har gleda av å invitere til  
eit praktisk og motiverande kurs  
for alle som kjenner seg sultefora på idear til  
aktivitetar både i gymsalen og  
på andre arenaer i skulen

**Dato:** Onsdag 23. mars  
**Tid:** Kl 11.30-15.00  
**Stad:** Husnes ungdomsskule

## **Kl 11.30 teori i Amfi – Magne Sørestrand**

Fysisk aktivitet – helse – motivasjon – Folk i form  
Fysisk aktivitet og læring  
Kriteriar for måloppnåing i faget K06

## **Kl 12.35 praksis i gymsal**

- Preball med Magne Sørestrand
- NM/VM-dans med Constance Burger
- Smakebitar av yoga, basistrening og turn med Anne Dybevåg

## **Påmelding innan onsdag 16. mars til:**

[cecilie.bjorke@kvinnherad.kommune.no](mailto:cecilie.bjorke@kvinnherad.kommune.no)

Ved påmelding ta med kva for fag du  
undervisar i.

NORGES  
IDRETTSFORBUND  
Hordaland idrettskrets



rørsle

læring

meistring

glede

