

## Trim grupper i laget

### LHL trim nivå 1

#### **Pensjonist salen:**

For alle onsdagar kl.13:30 - 14:30

Instruktør: Kari Solås

Mobil: 915 96 509

### LHL trim nivå 3

#### **Vik skule:**

Damer måndagar kl. 17.00-18.00

Instruktør: Nina Hovdenakk

Mobil: 926 01 549

Herrar måndagar kl. 19.00-20.00

Instruktør: Jarle Svinseth

Kontaktperson: Rolf Bakke

Mobil: 986 53 077

#### **Tandstad skule:**

Herrar Tirsdagar og Torsdagar

kl. 18:30 - 20:00

Instruktør: Otto Magne Strømmegjerde

Mobil: 992 69 923



Brukarorganisasjonane  
i Sykkylven

5. september 2015 opna vi bruker - og informasjonssenter i Kyrkjevegen 58 (Bedehuskjellaren). Her har vi informasjonsmateriell fra organisasjonene og det offentlige. Senteret er ein møteplass der brukarane kan møte likepersonar. Vi har organisasjonskontora våre her, møterom og "Blåsalen" som organisasjonene kan nytte seg av.

Kvar tysdag er det ope hus. Her kan du prate med likepersonar, drikke kaffi og nyte ein enkel lunsj ☺.



Velkomen skal du vere.

Tysdag kl. 11.00 - 14.00

*- Saman om å dele erfaringar,  
kunnskap og informasjon!*

## Turprogam: Våren 2019

Turane startar kl. 18.00

**Måndag 15. april:** Vellingsneset.

Start ved Kurset og ta med fiskestang.

Kontaktperson: Asbjørn (702 50 087)

**Måndag 6. mai:** Langeneset.

Start ved Brune.

Kontaktperson: Ståle (900 10 934)

**Måndag 20. mai:** Sessvanet.

Start ved Sætre og Jarnes Vassverk.

Kontaktperson: Turid (908 37 463)

**Måndag 3. juni:** Slettegjerde Natursti

Starter ved Slettegjerde fotballstadio.

Kontaktperson: Martin (959 32 638)

**Måndag 17. juni:** Gimsdalen/Høyset

Start ved bommen i Vikedalen.

Kontaktperson: Rolf (986 53 077)

**Måndag 1 Juli:** Fagrefjell

Starter ved bommen

Kontaktperson: Martin (959 32 638)



## Turprogram: Hausten 2019

Turane startar kl. 17.30

**Måndag 12. august:** Fausadalen

Start ved Orreneset.

Kontaktperson: Per Inge (911 21 063)

**Måndag 26. august:** Lillesanden Fet

Møt opp på Slettegjerde.

Kontaktperson: Martin (959 32 638)

**Måndag 9. september:** Holebotnen

Parkere ved Svartevatnet

Kontaktperson: Turid (908 37 463)

**Måndag 23. september:** Skålholten

Starter ved skålholt brua

Kontaktperson: Turid (908 37 463)

**Måndag 7. oktober:** Grebstadsætra

Starter ved parkeringsplassen

Kontaktperson: Martin (959 32 638)

**Måndag 21. oktober:** Sessvannet

start ved Hundeidvikeidet.

Kontaktperson. Martin (959 32 638)

Treng du skyss for å vere med, ta kontakt med kontaktperson for kvar tur. Vi inviterer lag, organisasjonar og privatpersonar til å vere med på turar i skog og mark.

Med mottoet: «Ut på tur aldri sur»

## Styret

**Leiar: Audun Gautvik**

Mob: 900 86 052

**Nest Leiar: Bente Grebstad Molnes**

Mob: 951 87 722

**Styremedlem: Ingfrid Tangen**

Mob: 936 26 213

**Styremedlem: Inger Ludviksen**

Tlf: 702 51 249

**Styremedlem: Martin Nysæter**

Mob: 959 32 638

### Vara:

**Turid Karin Krüger**

Mob: 908 37 463

**Rolf Bakke**

Mob: 986 53 077

E-post: [lhl.sykkylven@lhl.no](mailto:lhl.sykkylven@lhl.no)

Meir info om LHL Sykkylven finn du på

[www.lhl.no/sykkylven](http://www.lhl.no/sykkylven)

**v:pps #115514**



Støtt oss med din grasrotandel.

Org. Nr: 998 497 485



**LHL**  
Sykkylven



## LHL-Sykkylven 2019

Er du hjarte eller lungesjuk, allergikar, har hatt hjerneslag eller er pårørende, hos oss treff du likesinna og kan utveksle erfaringar. Våre aktivitetar er opne for alle. Du treng ikkje ha ein diagnose for å delta på aktivitetane våre. Vi har mange deltakarar som bruker våre aktivitetar som førebyggjande tiltak.