

# FYSISK AKTIVITET

VIKTIGERE ENN NOEN GANG!

Bydelens idrettslag tilbyr aktiviteter for barn unge og voksne. Fra lek og moro hos de minste til mer organisert for de eldre.

Vi ønsker deg velkommen til å prøve en eller flere av våre idretter.

## HÅNDBALL

fra 5 år og opp til senior  
haandball@lura-il.no

## IDRETTSSKOLEN

Lek, klatring, musikk og balanse.  
Fra 1-5 år. Monica Midtbø  
moca\_sarah@hotmail.com

## FOTBALL

fra 5 år og opp til senior  
Lura IL - fotballgruppen  
fotball@lura-il.no

## ALLIDRETTE

Aktiviteter for barn og unge som av ulike årsaker ikke kan delta i ordinære tilbud. Treningene er åpne for absolutt alle i grunnskolealder. Vi har ingen krav eller forventninger til ferdigheter eller fysisk form. Kom som du er, og ta gjerne med familie og venner!  
Nils Arne Johnsen  
nilsarnejohnsen@me.com

## INNEBANDY

fra 5 år og opp til senior  
Linda Dogru  
lindadogru@hotmail.com

## BASKETBALL

fra 8 år og opp til senior  
Thomas Rangen  
rangen.thomas@gmail.com

## AMERIKANSK FOTBALL

fra 8 år og opp til senior  
Cato Wallin - cato.wallin@gmail.com

Sjekk ut mer på vår nettside. Spørsmål kan rettes til:  
[daglig\\_leder@lura-il.no](mailto:daglig_leder@lura-il.no) eller 932 14 351

LEVENDE - UTVIKLING - RESPEKT - FOR ALLE

**LURA IDRETTSLAG**

LURA-IL.NO

