



# Kultur Idrett

**Kultur- og idrettstilbud  
for personer med utviklingshemming**

Våren 2020



**BERGEN  
KOMMUNE**

## Tilrettelagte kulturaktiviteter vinter/vår 2020

### PÅMELDING

Påmelding til alle kulturaktiviteter i regi Bergen kommune finner du på internett på [deltager.no/bk](http://deltager.no/bk)

Alle som vil delta i kor, teatergrupper, band, dansegrupper, kreative verksteder og klubber må registrere seg på [deltager.no/bk](http://deltager.no/bk). Dette må du gjøre for å sikre deg plass i aktiviteten. Det gjelder også deg som har deltatt i aktiviteten tidligere.

Det er viktig at vi får riktig kontaktinformasjon og adresse i begynnelsen av hvert semester. Da vet vi hvor vi skal sende faktura (regning) og deltakere og kontaktpersoner kan få beskjed hvis det blir endringer i programmet.

Når påmeldingen din er registrert på [deltager.no/bk](http://deltager.no/bk) får du bekreftelse på e-post. Faktura (regning) blir sendt ut i slutten av semesteret.

### PRISER

Alle faste aktiviteter i regi av Enhet for kulturformidling og deltakelse koster kr 300,- per semester per aktivitet.

Ikke ta med kontanter på aktiviteten.

Registrér deg på [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk), så får du faktura i posten.

Har du spørsmål eller trenger hjelp til påmelding?

Ta kontakt med Cathrine Nordkvist

E-post: [cathrine.nordkvist@bergen.kommune.no](mailto:cathrine.nordkvist@bergen.kommune.no)

Telefon: 408 18 157

Bergen kommune  
Enhet for kulturformidling og deltakelse  
Neumanns gate 1  
5015 Bergen



Foto: Trude Kraft

### Bergen Vest Danseklubb

Aldersgruppe: 8-13 år og 16+ år  
Innhold: Dansekurs  
Dag og tid: Tirsdag kl. 17.15-18.00 og 18.00-18.50  
Sted: Leivikåsen 43b  
Pris: Kr 1300 + medlemsavgift  
Arrangør: Bergen Vest Danseklubb  
Påmelding: [www.bvdanseklubb.com](http://www.bvdanseklubb.com)  
Oppstart: 21. januar



Foto: Ann Christin Jensen

### Dansedrøm

Aldersgruppe: Ungdom/voksne  
Innhold: Dans  
Dag og tid: Torsdag kl. 19.00-20.00  
Sted: Ny-Krohnborg kultursenter, Rogagaten 9  
Pris: Kr 300 per semester  
Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
Oppstart: 16. januar



Foto: Ishi Kuo

### Musikalløvene

Aldersgruppe: Fra 7 år/ungdom/unge voksne  
Innhold: Teater, sang og dans  
Dag og tid: Onsdag kl. 17.30-19.00 + kl. 19.15-19.45 for viderekomne  
Sted: Åsane kultursenter, Åsane senter 40  
Pris: Kr 300 per semester  
Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk) (er p.t. fullt)  
Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
Oppstart: 15. januar



Foto: Kleran Kolle

### Teatertigrene

Aldersgruppe: Ungdom/voksne  
Innhold: Teater  
Dag og tid: Tirsdag kl. 18.00-20.00  
Sted: Vitalitetsenteret, Wolffs gate 12  
Pris: Kr 300 per semester  
Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk) (er p.t. fullt)  
Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
Oppstart: 14. januar

## Dans

## Teater



Foto: Cathrine Nordkvist

**Grip musikken**

Aldersgruppe: Alle aldre  
 Innhold: Sang og sansestimulering  
 Dag og tid: Torsdag: kl. 17.30-18.30 og kl. 18.30-19.30  
 Sted: Vitalitetsenteret, Wolffs gate 12  
 Pris: Kr 300 per semester  
 Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk) (er p.t. fullt)  
 Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
 Oppstart: 16. januar



Foto: Cathrine Nordkvist

**Jubeljengen**

Aldersgruppe: Ungdom/voksne  
 Innhold: Band med variert musikk  
 Dag og tid: Mandag kl. 17.00-18.00  
 Sted: Ny-Krohnborg kultursenter, Rogagaten 9  
 Pris: Kr 300 per semester  
 Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
 Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
 Oppstart: 13. januar



Foto: Marita Myhre

**Stjernekorret**

Aldersgruppe: Ungdom/voksne  
 Innhold: Kor for alle nivå  
 Dag og tid: Onsdag kl. 18.00-19.30  
 Sted: Vitalitetsenteret, Wolffs gate 12  
 Pris: Kr 300 per semester  
 Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
 Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
 Oppstart: 15. januar



Foto: Bergen kommune

**Norwegian People**

Aldersgruppe: Ungdom/voksne  
 Innhold: Band med egne sanger  
 Dag og tid: Mandag kl. 18.00-20.00  
 Sted: Ungdommens hus, Herman Grans vei 6  
 Pris: Kr 300 per semester  
 Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
 Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
 Oppstart: 13. januar



Foto: Steinar Løland

**Tveiterås skolekorps**

Aldersgruppe: Ungdom og voksne, fra 12 år  
 Innhold: Spiller alle typer korpsmusikk  
 Dager: Mandag og torsdag  
 Sted: Tveiterås skole, Haakon Sæthres veg 42  
 Pris: 1 500 kr per år  
 Arrangør: Tveiterås skolekorps  
 Kontakt: Steinar Løland, tlf. 950 87 296  
 E-post: [steinarloland@gmail.com](mailto:steinarloland@gmail.com)  
 Oppstart: Medlemmer blir kontaktet

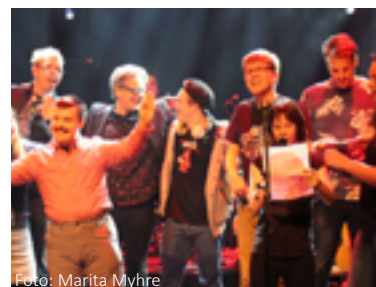


Foto: Marita Myhre

**Team Boys**

Aldersgruppe: Ungdom/unge voksne  
 Innhold: Rockeband  
 Dag og tid: Tirsdag kl. 16.00-17.00  
 Sted: Linken, Fana kulturhus, Østre Nesttunvegen 18  
 Pris: Kr 300 per semester  
 Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
 Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
 Oppstart: 14. januar



Foto: Ann Christin Jenssen

**Tveiterås ungdomskor**

Aldersgruppe: Fra 16 år  
 Innhold: Kor. Opptaksprøve for nye medlemmer  
 Dag og tid: Torsdag kl. 18.00-20.00  
 Sted: Fana kulturhus, Østre Nesttunvegen 18  
 Pris: Kr 2500 per semester  
 Arrangør: Tveiterås ungdomskor  
 Påmelding: Ida Margrete Gjøl, tlf. 975 98 307  
 E-post: [idagjul@gmail.com](mailto:idagjul@gmail.com)  
 Oppstart: 9. januar



Foto: Marita Myhre

**Team Musikk**

Aldersgruppe: Ungdom/unge voksne  
 Innhold: Rockeband  
 Dag og tid: Tirsdag kl. 17.00-18.00  
 Sted: Linken, Fana kulturhus, Østre Nesttunvegen 18  
 Pris: Kr 300 per semester  
 Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
 Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
 Oppstart: 14. januar

## Band



Foto: Eyolf Nysæther

### Pøbelgjengen

Aldersgruppe: Ungdom/unge voksne  
Innhold: Rockeband  
Dag og tid: Torsdag kl. 17.30-18.30  
Sted: Ny-Krohnborg kultursenter, Rogagaten 9  
Pris: Kr 300 per semester  
Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
Oppstart: 16. januar



Foto: Ann Christin Jessen

### Verdens Superband

Aldersgruppe: Ungdom/voksne  
Innhold: Samspill og improvisasjon  
Dag og tid: Mandag kl. 18.30-20.00  
Sted: Ny-Krohnborg kultursenter, Rogagaten 9  
Pris: Kr 300 per semester  
Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
Oppstart: 13. januar

## Kreative verksteder og fritidsklubber



Foto: Shadi Doroudian

### Elvetun kulturverksted

Aldersgruppe: Åpent for alle  
Innhold: Varierte kulturaktiviteter  
Dag og tid: Tirsdag kl. 17.30 – 20.00  
Sted: Elvetun ungdomshus, Elvetun 21  
Pris: Kr 300 per semester  
Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
Oppstart: 14. januar



Foto: Shadi Doroudian

### Klubb + og Klubb Xtra

Aldersgruppe: 13-19 år, Klubb+ (partallsuker) og 20 år +, Klubb Xtra (oddetallsuker)  
Innhold: Varierte kulturaktiviteter  
Dag og tid: Onsdag kl. 18.00-20.00  
Sted: Åsane kirke, Åsane Senter 44  
Pris: Kr 700 per semester  
Arrangør: Åsane menighet  
Kontakt: Annette Lid, telefon: 922 90 825, [asane.menighet.bergen@kirken.no](mailto:asane.menighet.bergen@kirken.no)  
Oppstart: Klubb + 8. januar  
Klubb Xtra 15. januar



Foto: Pixabay

## Kreative verksteder og fritidsklubber

### Kontaktklubben i Storetveit menighet

Aldersgruppe: Ungdom/voksne  
Innhold: Sang, folkedans og fortellerkrok  
Dag og tid: Annenhver torsdag 18.00-20.00  
Sted: Storetveit menighetshus, Kirkeveien 27  
Pris: Kr 30 per gang, inkludert kvelds  
Arrangør: Storetveit Menighet  
Kontakt: Turid Flotve, telefon 916 33 350  
Oppstart: 23. januar



Foto: Cathrine Nordkvist

### Kyrkjelydsklubben

Aldersgruppe: 16 år og oppover  
Innhold: Varierte kulturaktiviteter  
Dag og tid: Onsdag kl. 18.00-20.00  
Sted: Kyrkjelydshuset, Lakslia 21  
Pris: 400 kr per år eller 20 kr per gang  
Arrangør: Arna Kyrkjelyd  
Kontakt: Svanhild Olsen-Lie, tlf. 950 69 260  
E-post: [sva-ols@online.no](mailto:sva-ols@online.no)  
Oppstart: 8. januar  
(Juletreffest 4. januar)



Foto: Shadi Doroudian

### Nykronen kreative verksted

Aldersgruppe: Åpent for alle  
Innhold: Varierte kulturaktiviteter  
Dag og tid: Torsdag kl. 17.30-20.00  
Sted: Ny-Krohnborg kultursenter, Rogagaten 9  
Pris: Kr 300 per semester  
Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
Oppstart: 16. januar



Foto: Unsplash

### Optimisten

Aldersgruppe: Voksne  
Innhold: Andakt, sang og musikk, måltid  
Dag og tid: 1. onsdag i mnd. kl. 18.00-19.45  
Sted: Nesttun bedehus, Øvsttunveien 58  
Pris: Kr 50 (jule- og sommerfest kr. 100)  
Arrangør: Nesttun bedehus/Birkeland menigh.  
Kontakt: Linda Bårdsen, tlf. 55 36 22 85/483 02 448/lb878@kirken.no  
Datoer: 8. januar (julefest, påmelding innen 3. januar), 5. februar, 4. mars, 2. april, 6. mai, 10. juni (sommerfest, påmelding innen 3. juni)

## Kreative verksteder og fritidsklubber



Foto: Unsplash

### Tirsdagsklubben

Aldersgruppe: Åpent for alle  
Innhold: Varierte kulturaktiviteter  
Dag og tid: Tirsdag kl. 17.30 – 20.00  
Sted: Ytrebygda kultursenter, Sandsliv. 98  
Pris: Kr 300 per semester  
Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
Oppstart: 14. januar



Foto: Synneve Espedal

### Åsane fritidsklubb

Aldersgruppe: Åpent for alle  
Innhold: Varierte kulturaktiviteter  
Dag og tid: Tirsdag kl. 17.30 – 20.00  
Sted: Klubben, Åsane kultursenter, Åsane senter 40  
Pris: Kr 300 per semester  
Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
Oppstart: 14. januar

## Månedlige arrangementer



Foto: Trude Kraft

### Club Darling Point

Aldersgruppe: Voksne  
Innhold: Arrangement med middag og dans  
Dag og tid: Siste onsdag i måneden kl. 18.30-21.30  
Sted: Grieghallen (Peer Gynt-salen)  
Pris: Medlemskontingent kr 500.  
Billett: kr 200/kr 300 for ikke-medlem  
Bordbestilling: Kun for rullestoler  
Kontakt: Eli Øvretvedt, tlf. 924 55 439  
E-post: [elima@live.no](mailto:elima@live.no)  
Datoer: 22. januar, 26. februar, 25. mars og 22. april



Foto: Synneve Espedal

### KulTur

Aldersgruppe: Åpent for alle  
Innhold: Turer på vei/i lett terreng. 2-4 km. Kulturinnslag. Premier.  
Dag og tid: Søndager fra kl. 11.00  
Sted: Ulike steder i Bergen.  
Pris: Gratis  
Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
Arrangør: Bergen kommune, Kultur/Idrett  
Datoer: 29. mars, 26. april og 31. mai



Foto: Unsplash

### PopLAB kreative verksted

Aldersgruppe: 0-100 år - m/u. utviklingshemming  
Innhold: Kunst- og formingsaktiviteter  
Dag og tid: Utvalgte lørdager kl. 12.30-15.30.  
Pris: **Gratis**  
Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
Datoer:  
Vannkanten: 22. februar, 14. mars, 18. april  
Åsane kultursenter: 15. februar, 21. mars, 18. april, 2. mai  
Oasen senter: 29. februar, 28. mars, 25. april, 23. mai



Foto: Tone Lonar

### Rockeklubben Elgen

Aldersgruppe: Ungdom og voksne, fra 15 år.  
Innhold: Live musikk, diskotek og kafé  
Dag og tid: Fredag kl. 18.00-21.00  
Sted: Linken, Fana kulturhus, Østre Nesttunvegen 18  
Pris: Kr. 50. Kjøp billett på [ticketco.no](http://ticketco.no) eller i døren.  
Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
Datoer: 10. januar, 14. februar, 13. mars, 17. april, 8. mai og 12. juni



Foto: Unsplash

### Tirsdagstreffet

Aldersgruppe: Fra 18 år  
Innhold: Dans til levende musikk. Servering.  
Dag og tid: Hver 2. tirsdag i måneden kl. 18.00-20.30  
Sted: Ljoshall, Ekrevegen 43  
Pris: 120 kr per gang  
Arrangør: Edru Livsstil Arna/Bergen  
Kontakt: Sissel Haugsgjerd, tlf. 980 67 970  
E-post: [sissleiv@online.no](mailto:sissleiv@online.no)  
Datoer: 14. januar, 11. februar, 10. mars, 14. april, 12. mai og 9. juni



Foto: Tone Høylandskjær

### Y-klubben

Aldersgruppe: Ungdom og voksne  
Innhold: Sang, musikk, aktiviteter. Servering.  
Dag og tid: Søndager fra kl. 17.30-20.00  
Sted: Ytrebygda kirke, Skageveien 7  
Pris: Kr 10 per person  
Arrangør: Fana og Ytrebygda menigheter  
Kontakt: Tone Høylandskjær, tlf. 990 05 795  
Datoer: 5. januar

## Månedlige arrangementer



Foto: Cathrine Nordkvist

### Åpen gård på Garnes

Aldersgruppe: Åpent for alle  
Innhold: Riding, hest og kjerre. Kafé.  
Dag og tid: Lørdager kl. 11.00-15.00.  
Sted: 4H undervisningsgård, Garnestangen 60  
Pris: Betaling for å delta i aktiviteter  
Arrangør: Bergen 4H undervisningsgård  
Kontakt: Kjell Martin Myhr, tlf. 944 37 456  
E-post: bergen4hg@hotmail.com  
Datoer: Se gårdens Facebook-side

## Årlige arrangementer



Foto: Ann Christin Jenssen

### Høstfestivalen Inntrykk og uttrykk 2020

Aldersgruppe: Åpent for alle  
Innhold: Kor, band, danse- og teatergrupper opptre. Bli med! Opptre alene eller sammen med noen.  
Sted: Fana kulturhus, Østre Nesttunvegen 18  
Pris: Gratis  
Påmelding: [www.deltager.no/bk](http://www.deltager.no/bk)  
Arrangør: Bergen kommune, Kultur  
Datoer: 24.-26. november  
Følg med i Infoposten!

## Tilrettelagte idrettsaktiviteter vinter/vår 2020

### Bowling



### Fyllingen bowling

Aldersgruppe: 8 år og oppover  
Innhold: Bowlingtrening  
Dag og tid: Onsdag kl. 17.00-19.00 (1. og 3. onsdag i måneden)  
Sted: Bergen bowlingsenter, Sandsli  
Pris: Kontingent kr 500 per år  
Kontakt: Anne Bjørlykke  
Telefon: 959 96 331  
E-post: [anne.bjorlykke@gmail.com](mailto:anne.bjorlykke@gmail.com)

### Fotball



### FK Fyllingsdalen Tigers fotball

Aldersgruppe: 16 år og oppover  
Innhold: Allsidig fotballtrening/serie  
Dag og tid: Onsdag kl. 18.00-19.30  
Sted: Lille Framobanen, Varden  
Pris: Kr 1700 per år  
Kontakt: Stine Mjåtvedt  
Telefon: 920 38 481  
E-post: [stine\\_mjattvedt@hotmail.com](mailto:stine_mjattvedt@hotmail.com)



### Fana SuperTeam fotball

Aldersgruppe: 12 år og oppover  
Innhold: Allsidig fotballtrening/serie  
Alle kan delta.  
Dag og tid: Mandag kl. 18.00-19.00  
Sted: Søreide skole  
Pris: Kontingent kr 1400 per år  
Kontakt: Elling Sundberg  
Telefon: 930 73 450  
E-post: [elling@fanafotball.no](mailto:elling@fanafotball.no)



### Djerv fotball

Aldersgruppe: 12 år og oppover  
Innhold: Allsidig fotballtrening/serie  
Alle kan delta.  
Dag og tid: Torsdag kl. 18.45-20.00  
Sted: Småleken Møhlenprisbanen  
Pris: Kontingent kr 1000 pr år  
Kontakt: Tjalve Svendsen  
Telefon: 482 62 250  
E-post: [tjasve@gmail.com](mailto:tjasve@gmail.com)



### Brann fotball

Aldersgruppe: 16 år og oppover  
Innhold: Teknisk og taktisk trening. Kreves litt ferdigheter.  
Dag og tid: Mandag kl. 20.00-21.15  
Sted: Nymarksbanen v/Brann Stadion  
Pris: Kontingent kr 1100  
Kontakt: Daniel Melvold  
Telefon: 928 45 305  
E-post: [gneist93@hotmail.com](mailto:gneist93@hotmail.com)  
Instagram : Skbstjernelaget

**Tertnes fotball**

Aldersgruppe: 12 år og oppover  
 Innhold: Allsidig fotballtrening  
 Dag og tid: Mandag kl. 18.00-19.00  
 Sted: Åstveit idrettspark  
 Pris: Kontingent  
 Kontakt: Frank Mortensen  
 Telefon: 997 01 119  
 E-post: frank.mortensen@nhh.no

**Kjøkkelvik fotball**

Aldersgruppe: 13 år og oppover  
 Innhold: Allsidig fotballtrening  
 Dag og tid: Torsdag kl. 17.30-19.00  
 Sted: Kjøkkelvikbanen  
 Pris: Kontingent  
 Kontakt: Monika Schelander  
 Telefon: 450 00 707  
 E-post: monicaschelander@gmail.com

**Arna Bjørnar fotball - barn**

Aldersgruppe: 6-14 år  
 Innhold: Allsidig fotballtrening  
 Dag og tid: Onsdag kl. 18.00-19.00  
 Sted: T.o.m. mars: Haugland skole  
 F.o.m. april: Arna Stadion, Brurastien  
 Pris: Kontingent  
 Kontakt: Synnøve Lien  
 Telefon: 930 22 788  
 E-post: lien@arna-bjornar.no

**Nymark fotball - barn**

Aldersgruppe: 6-12 år  
 Innhold: For barn som ikke finner seg til rette i ordinære tilbud.  
 Dag og tid: Onsdag kl. 18.00-19.00  
 Sted: Engeriserenteret?  
 Pris: Kr 1000 per år  
 Kontakt: Marie Terkelsen  
 Telefon: 900 94 364  
 E-post: marie.terkelsen@g.mail.com

**Søreide fotball - barn**

Aldersgruppe: 5-14 år  
 Innhold: Allsidig fotballtrening  
 Dag og tid: Mandag kl. 18.00-19.00  
 Sted: Søreidehallen  
 Pris: Kontingent kr 1250  
 Kontakt: Cecilie Holm  
 Telefon: 916 93 662  
 E-post: fotball@soreideil.no

**Loddefjord fotball - barn**

Aldersgruppe: 6-12 år  
 Innhold: For barn som ikke finner seg til rette på ordinære lag.  
 Dag og tid: Torsdag kl. 17.30-18.30  
 Sted: Loddefjord skole (vinter)/ Gressbanen i Alvøen idrettspark  
 Pris: Kontingent  
 Kontakt: Eileen Hammerich  
 E-post: eileenhammerich@gmail.com  
 Oppstart: 23. januar

**Smørås fotball - barn**

Aldersgruppe: 6-15 år  
 Innhold: For barn som ikke finner seg til rette på ordinære lag.  
 Dag og tid: Mandag kl. 18.00-19.00  
 Sted: Gymsalen på Smørås skole  
 Pris: Kontingent  
 Kontakt: Even André Størdal  
 Telefon: 907 59 612  
 E-post: smil@smoras.no

**Hop Stars Basketball**

Aldersgruppe: 16 år og oppover  
 Innhold: Allsidig basketballtrening  
 Dag og tid: Tirsdag kl. 18.00-19.00  
 Onsdag kl. 17.30-19.00  
 Sted: Hophallen  
 Pris: Kontingent  
 Kontakt: Nina Hop  
 Telefon: 415 11 198  
 E-post: ninahop@online.no  
 Oppstart: 7. januar

**Vadmyra håndball**

Aldersgruppe: 16 år og oppover  
 Innhold: Håndballtrening/serie  
 Dag og tid: Onsdag kl. 18.30-20.00  
 Sted: Vadmyrahallen  
 Pris: Kr 1350 per år  
 Kontakt: Ane Grete Vik  
 Telefon: 945 25 198  
 E-post: ane.grete.vik@gmail.com

**Sandviken håndball**

Aldersgruppe: 12 år og oppover  
 Innhold: Håndballtrening/serie  
 Alle kan delta.  
 Dag og tid: Tirsdag kl. 17.30-18.15  
 Sted: Stemmemyren idrettshall  
 Pris: Kr 700 per år  
 Kontakt: Ingrid Knappskog  
 Telefon: 413 77 715  
 E-post: ingridoknappskog@gmail.com

**Bjørnar håndball**

Aldersgruppe: 14 år og oppover.  
 Ønsker flere spillere fra Arna og Åsane!  
 Innhold: Håndballtrening/serie  
 Dag og tid: Mandag kl. 18.00-19.00  
 Sted: Bjørnarhallen  
 Pris: Kr 1350 per år  
 Kontakt: Gerd Dyregrov  
 Telefon: 410 87 101  
 E-post: gerd.dyregrov@bkkfiber.no

**Fana håndball**

Aldersgruppe: 12 år og oppover  
 Innhold: Håndballtrening/serie  
 Alle kan delta.  
 Dag og tid: Tirsdag kl. 18.00 – 19.00  
 Sted: Slåtthaughallen  
 Pris: Kr 1200 per år  
 Kontakt: Stein Kjellerød  
 Telefon: 415 23 566  
 E-post: stein.kjellerod@hotmail.com

**Gneist håndball - barn**

Aldersgruppe: 13 år og oppover  
 Innhold: Håndballtrening/serie  
 Alle kan delta.  
 Dag og tid: Torsdag kl. 18.30-19.30  
 Sted: Sandslihallen  
 Pris: Kontingent  
 Kontakt: Yngve Holmsen  
 Telefon: 920 37 347  
 E-post: yngve@proventa.no

**Nordnes håndball - barn**

Aldersgruppe: 6-12 år  
 Innhold: Håndballtrening for barn som ikke finner seg til rette i ordinære tilbud.  
 Dag og tid: Torsdag kl. 18.00-19.00  
 Sted: Nordneshallen  
 Pris: Kr 1250 per år  
 Kontakt: Hanna Sofie Haaland  
 Telefon: 413 44 928  
 E-post: hannasofiehaala@gmail.com

**Bergen håndballklubb - barn**

Aldersgruppe: 6-12 år  
 Innhold: Håndballtrening for barn som ikke finner seg til rette i ordinære tilbud.  
 Dag og tid: Tirsdag kl. 18.00-19.00  
 Sted: Landåshallen (Sal 5)  
 Pris: Kontingent  
 Kontakt: Roy Natland  
 Telefon: 906 05 151  
 E-post: bergen@rvn.handball.no

**Arna Boccia Club**

Aldersgruppe: 16 år og oppover  
 Innhold: Trening og kamper. Deltar i bocciaserien i Hordaland.  
 Dag og tid: Torsdag kl. 18.00-19.00  
 Sted: Ådnemarka skole  
 Pris: Kr 300 per år  
 Kontakt: Siren Hjortland  
 Telefon: 995 13 014



## Svømming



### Arna svømme- og livredningsklubb

Aldersgruppe: Bading for alle  
Innhold: Deltakere må ha ledsager.  
Tilgang til hjelpemidler og leker  
Badevakt m/instruktørutdanning  
Dag og tid: Torsdag kl. 17.00-18.00  
Sted: Ytre Arna skole. Gratis.  
Kontakt: Christina Dyngeland Kjellid  
Telefon: 408 71 505  
E-post: kurs@arnask.no  
Start: Kontakt trener

### Åstveit svømmeklubb

Aldersgruppe: Ungdom 12-16 år  
Innhold: Svømmetrening, lek og vannaktivitet  
Dag og tid: Torsdag kl. 17.30-18.15 (opplæring)  
Torsdag 18.15-19.00 (trening)  
Sted: Rolland skole  
Pris: Kurs kr 1000. Medlemsavgift kr 250  
Kontakt: Linda Farestvedt  
Telefon: 992 60 925  
E-post: farestvedt.linda@gmail.com

### Mega svømming – Idrett Bergen Sør og Delfana

Aldersgruppe: 9-13 år  
Innhold: Svømmetrening/kurs for barn med ADHD og autisme  
Dag og tid: Lørdag kl. 13.15-14.00  
Sted: Ytrebygda skole (Skageveien 38)  
Pris: Kr 1400 for 8 kursdager  
Kontakt: Mona Torvund  
Telefon: 907 00 388  
E-post: mona@idrettbergensor.no  
Oppstart: 11. januar

### Åsane aerobic

Aldersgruppe: Voksenparti og ungdomsparti (søker nye deltakere)  
Innhold: Dans/bevegelse til musikk. Passer alle  
Dag og tid: Torsdag kl. 17.30-18.15 og kl. 18.15-19.00  
Sted: Åsane kultursenter, Åsane senter 40  
Pris: Kr 250 per halvår  
Påmelding: www.deltager.no/bk  
Kontakt: Camilla Rødberg  
Telefon: 945 01 303  
E-post: camilla.rodberg@bergen.kommune.no

## Klatring



### Bergen Klatreklubb

Aldersgruppe: 8 år og oppover  
Innhold: Klatring med instruktør  
Dag og tid: Tirsdag kl. 18.30-20.30  
Sted: Fysak aktivitetshus  
Pris: Kr 300 per semester  
Kontakt: Trond Kristian Kalstø  
E-post: tk@bergen-klatreklubb.no  
Oppstart: 14. januar

### Klatreklubben Gneist

Aldersgruppe: 10 år og oppover  
Innhold: Klatregruppe med instruktør  
Dag og tid: Onsdag kl. 18.30-19.00  
Sted: Sandslihallen  
Pris: Kr 900 per år  
Kontakt: Kjetil Ellingsen  
Telefon: 909 77 877  
E-post: kj.sjuve@frisurf.no

### Mega klatring – Idrett Bergen Sør og IL Gneist

Aldersgruppe: 6-17 år  
Innhold: Klatring for barn med ADHD og autisme  
Dag og tid: Man- og torsdag kl. 15.30-16.30, 16.30-17.30 og 17.30-18.30  
Sted: Sandslihallen, Sandslivegen 100  
Pris: Kr 1000  
Kontakt: Mona Torvund  
Telefon: 907 00 388  
E-post: mona@idrettbergensor.no  
Start: Uke 2

## Aerobic



## Basistrening

### Mega basis Kaland Idrett Bergen Sør og Kalandseid IL

Aldersgruppe: 6-17 år  
Innhold: Basistrening for barn med ADHD og autisme  
Dag og tid: Tirsdag kl. 16.00-17.00  
Sted: Kalandshallen, Osvegen 335  
Pris: Kr 400 per år  
Kontakt: Mona Torvund  
Telefon: 907 00 388  
E-post: mona@idrettbergensor.no  
Oppstart: 8. januar



## Basistrening



### Mega basis Energisenteret – Idrett Bergen Sør

Aldersgruppe: 9-13 år  
Innhold: Basistrening for barn med ADHD og autisme  
Dag og tid: Mandag kl. 16.00-17.00  
Sted: Energisenteret, Haukelandsbk. 15  
Pris: Kr 200 for 6 økter med aktivitet  
Kontakt: Mona Torvund  
Telefon: 907 00 388  
E-post: mona@idrettbergensor.no  
Oppstart: 8. januar

## Friidrett



### Friidrett Gneist – Friske Viljer

Aldersgruppe: Alle  
Innhold: Friidrett  
Dag og tid: Lørdag kl. 12.30-13.30  
Sted: Fana Stadion/Høiehallen  
Pris: Kr 950 per år  
Kontakt: Lars Arve Røssland  
Telefon: 908 93 452  
E-post: larsarve.rossland@gmail.com  
Oppstart: 4. januar



### Fjell-gepardene løpeklubb

Aldersgruppe: 18-35 år  
Innhold: Løpetrening i byfjellene og i Åsane  
Dag og tid: Mandag kl. 19.00  
Kontakt: Steinar Moen  
Telefon: 906 01 328

## Bandy



### Innebandy– Fjell-kameratene

Aldersgruppe: 13 år og oppover  
Innhold: Innebandytrening  
Dag og tid: Torsdag kl. 17.30-18.30  
Sted: Slåtthaughallen  
Pris: Kontingent  
Kontakt: Torgeir Ådland  
Telefon: 952 84 773  
E-post: torgeir.adland@nbfutvikling.no



### Enkeljympa – Friskis og Svetteis

Aldersgruppe: 12 år og oppover  
Innhold: Kondisjon/styrke til musikk  
Dag og tid: Mandag kl. 18.00-19.00  
Sted: Energisenter for barn/unge, Haukelandsbakken 15  
Pris: Kr 900 per semester eller kr 50 for drop in.  
Kontakt: Cathrine Nøttingnes  
Tefefon: 924 44 142  
E-post: cathrine.nottingnes@helse-bergen.no

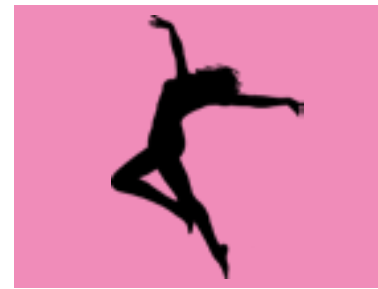
## Jympa



### Superjudo – Bergen Judo Klubb

Aldersgruppe: 7-12 år  
Innhold: Judotrening for barn med spesielle behov. Fokus på judoøvelser, turn, motorikk, mestring og konsentrasjon.  
Dag og tid: Torsdag kl. 17.30-18.15  
Sted: Bergen judo, Fjøsangerveien 38A  
Pris: Kr 1200  
Kontakt: Sile Ljosland Bakke  
Telefon: 402 03 298  
E-post: silje.ljosland.bakke@gmail.com  
Facebook: Facebook.com/bergen.judoklubb

## Judo



### Dansestjerner

Aldersgruppe: 15-25 år  
Innhold: Morsom og kreativ freestyle dans  
Dag og tid: Torsdag kl. 16.00-16.45  
Sted: Diamond Studio, over Meny på Midtun  
Pris: Kr 1500 inkl. klubbjakke  
Kontakt: Lene Kvamsdal  
Telefon: 995 41 979  
Epost: diamondfanail@hotmail.com

## Dans



### Turn for alle - Gneist turn

Aldersgruppe: 4-10 år  
Innhold: Positiv aktivitet gjennom lek, samspill og gymnastikk i trygge og stimulerende omgivelser  
Dag og tid: Tirsdag kl. 14.30-15.30  
Sted: Sandslihallen  
Pris: Kr 1000 per semester  
Kontakt: Miriam  
Telefon: gneist.turn@gneist.no  
Epost: gneist.turn@gneist.no

## Turn

Enhet for kulturformidling og deltakelse  
Idrettsservice

# Kultur Idrett

## Kontaktpersoner i Bergen kommune

### Enhet for kulturformidling og deltakelse

**Team for aktivitet: Cathrine Akse Nordkvist**

E-post: [cathrine.nordkvist@bergen.kommune.no](mailto:cathrine.nordkvist@bergen.kommune.no)

**Team for kommunikasjon og markedsføring: Birthe Stenhjem**

E-post: [birthe.stenhjem@bergen.kommune.no](mailto:birthe.stenhjem@bergen.kommune.no)

Telefon: 408 18 157

Adresse: Neumanns gate 1, 5015 Bergen

### Etat for idrett

**Aktivitetsavdelingen: Camilla Rødberg**

E-post: [camilla.rodberg@bergen.kommune.no](mailto:camilla.rodberg@bergen.kommune.no)

Telefon: 945 01 303

Adresse: Nygårdsgaten 114, 5008 Bergen

### Etat for tjenester til utviklingshemmede

Telefon: 53 03 30 40

E-post: [etat.tjenesterutviklingshemmede@bergen.kommune.no](mailto:etat.tjenesterutviklingshemmede@bergen.kommune.no)

**Ønsker du å få/ikke få Infoposten sendt hjem til deg?**

Kontakt Forvaltningsenheten (sone nord, sør eller vest)

eller din oppdragsgiver.

**Følg Infoposten på Facebook**



BERGEN  
KOMMUNE