

MARKA

7. - 10. klasse

HVA ER MARKA FRILUFT?

Marka Friluft er et **gratis** fritidstilbud for alle ungdommer i Arendal og Grimstad som går i 7.-10. klasse.

Vi arrangerer turer og aktiviteter gjennom året og har faste aktiviteter **hver onsdag** fra kl. 17:00-20:00. I oddetallsuker har vi Marka i Grimstad og i partallsuker har vi Marka i Arendal. Dere er velkommen til å være med på begge deler!

På våre ukesaktiviteter prøver vi forskjellige frilufts-/utendørsaktiviteter i nærområdet på land og i vann.

Her kan du også lære å lage mat på bål, bli kjent med nye venner og teste grenser i trygge omgivelser! I tillegg til aktivitetene i ukedagene drar vi på 2-4 overnattingsturer i løpet av året! Vi vil gjerne ha med DEG!

- Marka Friluft har ingen medlemsavgift
- Du kan komme på de aktivitetene du selv ønsker
- Du kan være med på gratis turer på land og i vann
- Vi har masse utstyr til utlån på våre turer
- Vi varsler våre aktiviteter på Spond

7.-10.KLASSE **MESTRING** **SKOGSTUR** **SUP**
HENGEKØYE **MAT PÅ BÅL**
GRATIS **KANO** **SNORKLING**
BADING **KLATRING** **VENNER**
FRILUFTSLIV **KAJAKK** **TOPPTUR**
TELT **SYKLING**

HVEM LEDER MARKA FRILUFT?

Marka Friluft i Grimstad:

Autumn MacDonald
autumn@friluft-sor.no
tlf. / sms: 91 59 49 90

Marka Friluft i Arendal:

Colin Twist Berry
colin.twist.berry@arendal.kommune.no
o tlf. / sms: 46 89 05 05

Mathias Mørland Andersen
mathias@friluft-sor.no
tlf. / sms: 90 88 08 84



Friluftsrådet Sør



@markafriluft

Les mer om Marka Friluft på www.friluft-sor.no/fritid/markafriluft

Marka Friluft er nå på Spond!



Marka i Arendal
Gruppekode: **ETBPF**



Marka i Grimstad
Gruppekode: **PQEHX**

MARKA

7. - 10. klasse

2025 HØSTAKTIVITETER



Arendal kommune

 Spond



Gruppekode: ETBPF

20.aug KANO

16:30 - 20:00

Bli med og prøv kanopadling! Vi padler på Vigelandsvannet. Vi tar et stopp under turen hvor vi lager mat sammen ute!

Følg med på Spond i tilfelle endring pga vær og vind.

Oppmøte: Arendal Jernbanestasjon

Ta med: varme og vanntette klær, skift og vann.

30-31.aug OVERNATTINGSTUR: SEILTUR MED BOY LESLIE

OVERNATTINGSTUR! Vi drar på tur med Boy Leslie og seiler fra Arendal til Grimstad og tilbake igjen til Arendal fra Grimstad.

Oppmøte: Kommer! Følg med på Spond!

Påmelding og mer informasjon kommer i august på:

<https://www.friluft-sor.no/fritid/markafriluft>

03.sep SUP OG BADING

17:00-20:00

Vi hopper, svømmer og tar en sup-tur i Nidelva! Vi lager også mat sammen ute!

Oppmøte: Lille Bjorholmen

Ta med: badetøy, håndkle, varmt skift

17.sep SEILING MED ARENDAL SEILFORENING

17:00-20:00

Vi drar på seiltur med Maritim mestring. Vi lager også grillmat sammen ute!

Oppmøte: Kittelsbukt

Ta med: badetøy, håndkle, varmt skift

15. okt TOPPTUR I FROLAND

17:00 - 20:00

Vi drar på hodelykttur i Froland.

Oppmøte: Kommer! Følg med på Spond!

Ta med: vannflaske, vanntette og varme klær, hodelykt

29.okt KLATRING I GRIMSTAD

17:00-20:00

I dag skal vi klatre i Grimstad klatrehall sammen med GAKK (Grimstad Arendal klatreklubb). Du trenger ikke å ha klatret fra før, vi øver sammen. Her blir det mulig å bruke buldrevegg og prøve seg på topptau. Vi har ikke så god tid, så i dag bruker vi ikke tid på matlaging på bål. Ta med niste.

Oppmøte: Grimstad klatrehall

Ta med: vannflaske, niste og joggesko.

12.nov FROLANDIA

17:00 - 20:00

Vi møtes ved inngangen til Frolandia. Gi beskjed dersom du har behov for transport og ønsker å sitte på med oss fra Moltemyr skole.

Oppmøte: Frolandia kl. 17:00, Moltemyr skole

Ta med: badetøy og håndkle

26.nov SKØYTING PÅ MYRA

17:00 - 20:00

Vi går på skøyter på Myra kunstisbane!

Vi lager mat sammen i gapahuken i løpet av kvelden.

Oppmøte: Myra kunstisbane, vi møtes ved inngangen.

Ta med: Klær etter vær! Egne skøyter om du har, hjelm.

10 des JULEKVELD PÅ DAGSTURHYTTA

17:00 - 20:00

Dette blir siste Marka før juleferien! Vi møtes på parkeringen på Alvika. Vi går inn til dagsturhytta ved Saltrødtjenn. Vi fyrer opp bål, spiser risgrøt, pepperkaker og gløgg! Vi lager til utekino her!

Oppmøte: Parkering Alvika

(

Ta med: Varme klær!

Kontakt:

Colin Twist Berry
colin.twist.berry@arendal.kommune.no
tlf. / sms: 46 89 05 05

Mathias Mørland Andersen
mathias@friluft-sor.no
tlf. / sms: 90 88 08 84



Arendal kommune



Friluftsrådet Sør

Endringer kan forekomme! Vi ser an vær og vind, følg derfor med på Spond for oppdatert informasjon om aktivitet og oppmøte.



@markafriluft

Les mer om Marka Friluft på www.friluft-sor.no/fritid/markafriluft