



Sommerferietilbudet er utarbeidet av:
- Ullensaker Idrettsråds barne- og ungdomstiltak
- Ullensaker kommune, Enhet Kultur/Ung Kultur
Kulturrådet og Nærmiljøsatsingen
med god støtte fra frivillige organisasjoner og idrettslag

Tilbudene er gratis
hvis ikke annet er oppgitt.
Obs; med forbehold om
programendringer.

FRILUFTSOPPLEVELSER
Ullensaker kommune har mange
friluftsopplevelser å by på; turstier, kultur i
offentlig rom, kulturminner og severdigheter
Turtips (ullensaker.kommune.no)
Se også
Lag og foreningsregister

Barne- og ungdomstiltaket (BUT):

BUT er Ullensaker idrettsråds spesielle satsing på fysisk aktivitet for barn og unge i Ullensaker. BUT har som målsetting at flest mulig barn og unge skal få mulighet til å være fysisk aktive og delta i idrettsaktivitet. På UIR sin hjemmeside, finner du informasjon om BUT og alle idrettslagene i Ullensaker med tilbudene de har til barn og unge.

Mer om UIR: www.idrettsrad.no/viken/ullensaker/
Idretter i kommunen: www.ullensaker.kommune.no/aktivfritid/

Ullensaker idrettsråd
Organisasjonsledd i
NORGES
IDRETTSFORBUND

SOMMERFERIETILBUD for 5.-7. trinn, 22. - 26. juni ved Døli skole nærmiljøsenter

Ullensaker kommune, ved Nærmiljøsatsingen, kulturskolen og samarbeidspartnere inviterer alle elever som går ut av 5.-7. trinn (født 2013–2015) til gratis åpent ferietilbud.

I sommerferietilbudet har barna mulighet til å velge mellom ulike kurs og aktiviteter, samtidig som de har tilgang til en trygg og sosial møteplass gjennom hele dagen.

Hele uken er det åpen møteplass kl. 1100-1530 med aktiviteter ute og inne.

Barna registreres med kontaktinformasjon, men kan komme og gå som de vil.

På nærmiljøsenteret serveres det gratis lunsj hver dag (digital påmelding).

Mandag 22/6 - onsdag 24/6 kl. 1130-1415:

Kulturskolekurs i teater, dans og musikk - påmelding på stedet.

Mandag 22/6 - torsdag 25/6 kl. 0900-1400:

Kunstforeningen tilbyr **malekurs på Galleri Jessheim** - digital påmelding.
(med støtte fra Ullensaker Kulturråd)

Torsdag 25/6 og fredag 26/6 kl. 1200-1300:

Barneyoga og mini-LAN i åpningstiden torsdag og fredag - digital påmelding.

Alle aktiviteter er gratis, men noen krever påmelding og har begrenset plass.

Les mer om tilbudet og påmelding på: **Sommerferietilbud for barn og unge i Ullensaker**

Scann QR-kode for å gå direkte til påmeldingsskjema:



Arr: Ullensaker kommune,
ved sektor oppvekst med nærmiljøsatsingen og kulturskolen

Svømmekurs for barn 6 til 12 år

4 dagers intensivkurs - svømmeopplæring i bassengene på Allergot ungdomsskole og Vesong ungdomsskole.

	Mandag 22/6	Tirsdag 23/6	Onsdag 24/6	Torsdag 25/6
ALLERGOT Jessheim Oddvar Jensen v 1, 2053 Jessheim	kl. 11 - 11.45 Alder: 6 - 8 år	kl. 11 - 11.45 Alder: 6 - 8 år	kl. 11 - 11.45 Alder: 6 - 8 år	kl. 11 - 11.45 Alder: 6 - 8 år
VESONG Kløfta Skolevegen 14 b, 2040 Kløfta	kl. 12 - 12.45 Alder: 9 - 12 år	kl. 12 - 12.45 Alder: 9 - 12 år	kl. 12 - 12.45 Alder: 9 - 12 år	kl. 12 - 12.45 Alder: 9 - 12 år
	kl. 11 - 11.45 Alder: 6 - 8 år	kl. 11 - 11.45 Alder: 6 - 8 år	kl. 11 - 11.45 Alder: 6 - 8 år	kl. 11 - 11.45 Alder: 6 - 8 år
	kl. 12 - 12.45 Alder: 9 - 12 år	kl. 12 - 12.45 Alder: 9 - 12 år	kl. 12 - 12.45 Alder: 9 - 12 år	kl. 12 - 12.45 Alder: 9 - 12 år

Instruktører: Ullensakersvømmerne

Pris: Kursene er gratis for deltakerne, men det kreves påmelding.

Påmelding: Gjelder for deltakelse alle 4 dagene på enten Vesong eller Allergot.

Skriv e-post til: pamelding@ullensaker-idrettsrad.no

Meld på med fullt navn + alder (6-8/9-12) + telefonnummer til voksen + ønsket basseng (Vesong/Allergot). Maksimalt antall deltakere pr. gruppe er 20.
Du får en bekreftelse på e-post om du er påmeldt.

Utstyr/regler: Badehette må brukes, og deltakerne må dusje før man går i bassenget.

Alle deltakerne vil få en badehette hver av Ullensakersvømmerne.

NB! Ikke bading og lek, men svømmeopplæring.

Arrangør: Ullensaker idrettsråds barne- og ungdomstiltak i samarbeid med Ullensakersvømmerne

www.ullensakersvommerne.no



Veien til GOLF Miklagard, Kløfta

Lær golf i sommerferien - er du med alle 4 dagene, får du et bestått Veien til golf-kurs.

Mandag 22/6 - torsdag 25/6 kl. 10-14

Mandag: Omvisning, kursing i grunnleggende teknikk, driving range, nærspill og lek.

Tirsdag: Driving range med fokus på lek, og hinderløype.

Onsdag: Minigolf, nærmest pinnen-konkurranse og teknikk-instruksjon.

Torsdag: "Longest drive", banespill, og teoretisk info (for de som vil ha fullført VTG-kurs).

Du kan ha med egen matpakke eller kjøpe lunsj.

Les mer på Miklagard Golf



TURN og PARKOUR Gystadmarka skoles gymsal



Ullensaker gym og turn tilbyr gratis turnaktiviteter
Mandag 22/6 - torsdag 25/6 kl. 10-14:

Barn i alderen 6-7 år fra kl. 10-11, 8-9 år kl. 11-12.30 og barn/ungdom i alderen 10-15 år fra kl. 12.30-14.

Turn er morsomt og utfordrende, og legger et godt grunnlag for deltagelse i alle andre idretter. Turn gir styrke, spenst, koordinasjon og god mestringsfølelse.

Barna vil være dekket av forsikring via klubben.

Ingen påmelding, bare å møte opp - spørsmål kan sendes på epost:

turn@ullensakergymogturn.no

Arr.: Ullensaker Gym & turn i samarbeid med Ullensaker Idrettsråds barne- og ungdomstiltak.

www.ugt.no



BASKETBALL

EV 4 Arena - flerbrukshall

Energiveien 4, Jessheim, inngang midt på hallen mot veien, 2. etg

Mandag 22/6 - torsdag 25/6 kl. 11-15:

Jessheim Troopers Basketballklubb tilbyr åpen hall for alle barn og unge som ønsker å spille basket!

Målet er at man får leke, spille, skyte, øve på teknikk og møte andre som synes basket er gøy.

Man må ikke kunne basket for å delta.

Det vil settes opp aktiviteter/konkurranser hver dag. Eldre basketspillere og trenere tilgjengelig for de som kommer. Alder: fra 8 år (ev. yngre hvis de er ballvante)

Husk shorts, t-skjorte, innesko og vannflaske! Ta gjerne med niste, det vil serveres frukt og saft.

Foreldre er velkomne til å være i hallen.

Arr: Jessheim Troopers i samarbeid med Ullensaker Idrettsråds barne- og ungdomstiltak
Ingen påmelding



Ring 484 505 83 hvis det er noe

www.jessheimtroopers.no



Thai-BOKSING & Brasilansk JIU-JITSU

Trenger barna en pause fra skjerm, sofakrok og «bare én episode til»? Meld dem på, helt gratis, hos **FRONTLINE MUAY THAI** Jessheim, for en uke full av action, latter og nye ninja-skills! Ingen erfaring trengs - bare treningsklær, godt humør og en vannflaske. Resten fikser vi.

Åpen matte: Mandag 22/6 - fredag 26/6 kl. 07-21
Lørdag 27/6 kl. 11-19 og søndag 28/6 kl. 1330-19

Selvforsvarskurs: Lørdag 27/6 kl. 11-12

Sirkeltrening: Søndag 28/6 kl. 12-1330

På kveldstid vil alle våre tilbud også være gratis for barn og ungdom (6-19 år). Velkommen!

Sted: Valhallavegen 10, Jessheim

Påmelding: post@fmtjessheim.no

Se full timeplan på

Frontline Muay Thai Jessheim | Kampsport Senter

Arr.: Frontline Muay Thai Jessheim i samarbeid med Ullensaker idrettsråds barne- og ungdomstiltak.





Brazilian JIU-JITSU - BJJ

Gracie Barra Jessheim inviterer alle barn/ungdom til BJJ-trening i ferien.



Man 22/6 & ons 24/6 kl. 10-1130: 10-16 år

Tir 23/6 & tor 25/6 kl. 10-1130: 6-9 år

Påmelding: navn og alder sendes til 97110977

Sted: **Jessheim Storsenter**, 4. etg.

Heis opp ved Boots Apotek.

Ta på treningstøy og ha med vannflaske. Sertifiserte instruktører fra Gracie Barra Jessheim, som er en av verdens største BJJ-skoler.

Arr: Gracie Barra Jessheim i samarbeid med Ullensaker Idrettsråds barne- og ungdomstiltak



BASKETBALL i Kløftahallen

Mandag 22/6 - torsdag 25/6 kl. 10-14:

Kløfta White Tigers tilbyr åpen hall for alle barn i alderen 6-12 år. Vi ønsker å dele basketgleden med alle som har lyst til å være med. Dagene vil bestå av en økt med organisert lek, og frilek etter matpause.

Man må ikke kunne basket for å delta.

Husk å ha med:

Innesko, vannflaske og matpakke

Trenger ikke matpakke på torsdag, da vil det servert gratis mat i kiosken.

Det vil i tillegg bli servert gratis frukt hver dag.

Arr: Kløfta White Tigers i samarbeid med Ullensaker Idrettsråd barne- og ungdomstiltak

Ingen påmelding **Basket - Kløfta IL**



ALFHALLEN, Borgen

Mandag 22/6 og tirsdag 23/6 kl. 10-14:

Kom og bli med Borgen IL Håndball på to dager full av håndball og moro for barn og ungdom!

Onsdag 24/6 og torsdag 25/6 kl. 10-14:

Borgen IL Basket åpner hallen for barn og ungdom i Ullensaker. Dette er et organisert tilbud med fokus på basketball, mestring og idrettsglede.

Borgen IL stiller med aktivitetsledere hver dag.

Alle er velkomne - det er ingen krav til ferdigheter.

Kiosken vil være åpen rundt lunsjtider.

Barn som kommer alene, må ha med kontakinfo til foresatte, slik at de kan nås ved behov.



Hjem | Borgen IL

Ingen påmelding.

Arr.: Borgen IL i samarbeid med Ullensaker idrettsråds barne- og ungdomstiltak



HÅNDBALL i Kløftahallen

Mandag 22/6 - torsdag 25/6 kl. 10-14:

Kløfta Håndball tilbyr åpen hall for barn og ungdom. Vi ønsker å dele håndballgleden med alle som har lyst å være med i alderen 6 år og oppover.

Man må ikke kunne håndball for å delta.

Husk å ta med: Innesko, vannflaske og matpakke.

Trenger ikke matpakke på torsdag, da det vil bli servert gratis mat i kiosken. Gratis frukt hver dag. Ingen påmelding **Håndball - Kløfta IL**

Arr: Kløfta IL i samarbeid med Ullensaker Idrettsråds barne- og ungdomstiltak



Åpen hall - Kløftahallen

Kveldstilbud mandag 22/6, onsdag 24/6 & fredag 26/6 kl. 18-21:

Vi har gleden av å kunne tilby åpen hall for ungdom i alderen 13-18 år på kveldstid.

Ingen påmelding kreves, ingen kostnad for å delta.

Møt opp med innesko og vannflaske, og ta med vennene deres.

Det vil være enkel servering.

Håper vi sees i hallen!

Arr: Kløfta White Tigers i samarbeid med Ullensaker Idrettsråd barne- og ungdomstiltak

Basket - Kløfta IL



Alfhallen skytebane

Mandag 22/6 - torsdag 25/6 kl. 10-14:

Kom og prøv skyting i Norges flotteste skytebane! Alder fra 10 år, passer også for funksjonshemmede.

Arr. Kisen Sportsskytterklubb i samarbeid med Ullensaker Idrettsråds barne- og ungdomstiltak



Ingen påmelding

www.kisen.no

BOKSING

**Jessheim is- og flerbrukshall
Kampsport-rommet**



Mandag 22/6 - torsdag 25/6, kl. 14-1530:

Lær boksing av bokseklubbens beste bokserere. Utlån av boksehansker, ta med treningstøy.

Proff trening i boksering, med start kl. 12.

Arr: Jessheim bokseklubb i samarbeid med Ullensaker Idrettsråds barne- og ungdomstiltak

Ingen påmelding

www.facebook.com/JessheimBokseklubb



INNEBANDY

Jessheim is- og flerbrukshall

Mandag 22/6 - torsdag 25/6 kl. 10-14:

Prøv innebandy med Ull/Kisa Innebandy!

Bli med på morsomme og lærerike innebandyøkter ledet av spillere fra Ull/Kisas senior- og elitelag. Våre instruktører har deltatt på Ung Leder-kurs og har erfaring fra U19-landslagssamlinger i innebandy.

Her får du oppleve fart, mestring og idrettsglede i et trygt og inkluderende miljø – enten du har spilt innebandy før eller ønsker å prøve for første gang.

Køller og briller kan lånes. Husk innesko med lys såle.

Vi gleder oss til å se deg!

www.ullkisainnebandy.no/ Ingen påmelding

Arr: Ull/Kisa innebandy i samarbeid med Ullensaker Idrettsråds barne- og ungdomstiltak



SOMMERLEIR med MIR-UNG

30. juli - 2. august for ungdom 13-18 år
MiRs leirsted Nystølen i Etnedal, Valdres.

- **Overnatting** i stor hytte på fjellet, med delt soverom og felles bad
- Gratis **busstransport**
- Fire halal **måltider** pr dag i felles matsal, ev. allergier hensyntas
- **Aktiviteter** inne og ute; fjellturer, grilling, kanopadling, brettspill, bordtennis...

Trygge voksne er tilstede under hele turen.

Gratis for medlemmer, ellers kun kr 50,-

For spørsmål, ta kontakt på tlf 92928624, eller e-post: marie@mirnett.org



Mer informasjon og påmelding her:

Arr: MIR-UNG



ULLENSAKER BIBLIOTEK

På biblioteket kan du låne bøker, blader og filmer. Vi har også brettspill og eget gamingrom med pc'er, Playstation 5 (Jessheim) og Nintendo Switch 2 (Kløfta)

Sommeråpningstider 29. juni - 9. august:

Jessheim bibliotek:

Man/ons/fre 12-15, tir 12-18, lør 10-14
Tor & søn kun meråpent.

Kløfta bibliotek:

Man 12-18, ons/tor 10-15. Tir/fre/lør & søndag kun meråpent.

Meråpent begge steder:

Man-fre 08-21, lør 10-21, søn 12-21

Sjekk ordinære åpningstider på

www.ullensaker.kommune.no/bibliotek



FORSVARETS FLYSAMLING

Gardermoen

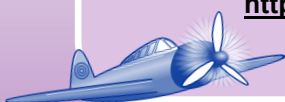
Åpent **lørdager 12-16 & søndager 11-16**

Obs; i hele juli: **åpent alle dager kl. 12-16**

Opplev militær luftfartshistorie fra 1912 til nyere tid på Østlandets største flymuseum.

<https://flysamlingen.no>

Ordinære priser



NATURSKOLEN GNIST

Les mer om Naturskolen Gnist, **sommerferiecamp for 6. og 7. kl.** påmelding o.a. info:

www.naturskolengnist.no

Søk på arrangement

Felles TURER med ungdomshusene Atlas, Huset og Calypso

Påmeldings-slipper får du i ungdomshusene.

Obs; begrenset antall plasser så først til mølla!

Melder du deg på etter at det er fullt, settes du på venteliste.

Tirsdag 23/6: Tur til Fangene på fortet

Info om avreise/retur får du ved påmelding.

Torsdag 25/6: Tur til Tusenfryd - oppmøte kl. 0915

- Vi drar fra parkeringen ved Nordby u-skole kl. 0930

- Retur fra Tusenfryd kl. 1915, tilbake på Jessheim ca 2015
- Parken er åpen kl. 1030-1900

Arr.: Ung Kultur, Ullensaker kommune

Ungdomshusene

CALYPSO og HUSET

Sjekk ut åpningstider i sommer, og

følg oss på instagram:

www.instagram.com/calypso_ungdomshus/

www.instagram.com/huset_ungdomshus/

ATLAS

ATLAS KULTURARENA

For ungdom fra 10. trinn til 20 år

Åpent i uke 27-33:

Mandag, onsdag, torsdag og fredag kl. 14-20

For øvrig, følg oss på instagram:

www.instagram.com/atlas.arena

Har du spørsmål, send mail til:

atlas@ullensaker.kommune.no

eller snakk med oss i åpningstiden.

Sommer-TEATER med Romerike Musikkteaterskole Tirsdag 23/6 - fredag 26/6 kl. 11-15.

Bli med på eventyrlig teaterkurs for 4.-7. klasse.

Sammen utforsker vi Astrid Lindgrens fantastiske univers

Gjennom sang, dans og lek.

Påmelding pr e-post: sara@rmts.no

Mer info på Musikkteaterskolens nettsider og FB.

Arrangeres med støtte fra Ullensaker Kulturråd.

JESSHEIMBADET

Klar for sommerglede?

I uke 27-32 er det full fart på vår store hinderløype.

Bli med på konkurranser i hinderløype og vannsklie. For de minste blir det minidisko hver helg og besøk av Froggy.

Hydrohex-timer fortsetter også i sommer.

Se programmet her: **Arrangementer | Jessheimbadet**

Sommertilbud: familiemåneds kort fra kr. 1400,-

Sommerens høydepunkt for hele familien!

For mer info og billettpriser:

www.jessheimbadet.no/

Velkommen til Jessheimbadet



KINO

Ullensaker Kulturhus

Rikt kinotilbud, se kinoprogram på

www.ullensakerkino.no

Arr: Ullensaker Kino

Ordinære priser

