

FRITIDSAKTIVITETER FOR BARN

AKTIVITET	TID/STED	Pris	Kontaktperson	Informasjon	Merk
Badminton	Mandag kl 20:00-21:30 Holmenhallen	Barn under 13år: 650kr	Ferdinand A. Skjønhals ledertynsetbk@outlook.com	Facebook: Tynset Badminton	Barn i følge med voksne
BARK (Barnas Røde Kors Tolga)	Onsdag kl 18-20 Tolga	Gratis	Ingrid Vingelsgaard Fritidskordinator Tolga Ingrid.vingelsgaard@tolga.kommune.no	BARK – Tolga Røde Kors (tolgarodekors.no)	6-13 år
Barnas Turlag (DNT)	Turer, lek og aktiviteter i nærområdet. Tid og sted opplyses om i forkant på Facebook; Barnas Turlag Tynset	Medlem i barnas turlag: 150kr/år Ingen krav om medlemskap for deltakelse, men kan være goder som følger med medlemskap.	Marianne Mælen Telneset m_grue@hotmail.com TLF 95172381 Line Lohn lohnline@gmail.com TLF 992 34 556	Barn og familie - DNT Facebook: Barnas Turlag Tynset	Barn med foreldre
Barne- og ungdomsteater			Tone Mobakken Tlf 90920271 nemolight@hotmail.com		
Billedkunst	Mandag Tynset kulturskole	1645kr/semester + materialavgift 430kr	Kulturskolen ved Tanja Korban tanja.korban@tynset.kommune.no	Tynset Kulturskole - Tynset kommune Facebook: Tynset Kulturskole	Fra 1. klasse
Dans	Mandag eller torsdag Smea - Tynset kulturhus	1645kr/semester	Kulturskolen ved Tanja Korban tanja.korban@tynset.kommune.no	Tynset Kulturskole - Tynset kommune Facebook: Tynset Kulturskole	Fra 1. klasse
Drill	Tirsdag 1.Drillaspiranter: Kl 17-18 2.Jr drill kl 18.00-19.00 3.Hoveddrill kl 19.00-20.30 4.Konkurransetropp (fra 13 år) Tynset kulturhus	1600kr/år	post@tsmk.no Kine Anthun TLF 951 63 681	www.tsmk.no	Fra 3. kl - VGS
E-sport	Holmenbygget Sjukehusvegen 8			www.tronesport.gg Facebook: Tron E-sport	

For mer informasjon om aktiviteter eller dere opplever hindringer for å komme i gang eller delta i aktivitet (eks økonomi):

Kontakt: Kristin Utby Telneset **E-post:** kristin@tynsetidrett.no **TLF:** 48 21 50 02 **Kontor:** Tynsethallen **Facebook:** Sammen om rett aktivitet for alle

FRITIDSAKTIVITETER FOR BARN

Fotball	Nytrømoen eller Vidsyn Informasjon om tid/sted for hvert lag finner du på appen «Rubic connect» (app) etter påmelding	Mdl avgift TIF: (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr Treningsavgift: J/G 6 år: 0kr, J/G 7 år: 300kr J/G 8-9år: 700kr J/G 10-11år: 1600kr G12/J13: 2100kr	sport.fotball@tynsetidrett.no	www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset IF Fotball	Fra 6 år
Fritidsklubb	Tirsdager kl 17-20 Holmenbygget Sjukehusvegen 8	Gratis		Tynset fritidsklubb - Tynset kommune Instagram: UngiTynset	5.-7.kl
Gymlek	Mandag kl 17-18 Holmenhallen	Mdl avgift TIF: (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr Treningsavgift: 500kr	gymogturn@tynsetidrett.no	www.tynsetidrett.no Facebook: TIF Gym og turn	Fra 3 år og frem til skolestart.
Gym og turn	Onsdager 1.-2. kl - Kl 17.00-18.00 3.-4. kl - Kl 16.00-17.30 5.-10.kl - Kl 18.30-20.00 Konkurransparti (fra 5. kl og oppover) Mandag kl 18.00-20.00 Onsdag kl 19.00-21.00 Holmenhallen	Mdl avgift TIF (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr Treningsavgift: 1.-4. klasse: 1200kr 5.-10. klasse: 1400kr	gymogturn@tynsetidrett.no	www.tynsetidrett.no Facebook: TIF Gym og turn	Fra 1. klasse
Hobbyklubben med Normisjon og Tynset menighet	Ca 1 lørdag/mnd Kl 11.00-13.00 Tynset barneskole (inngang 5.-6. kl)	50kr/halvår	Marianne Slåttelia Støen TLF 994 87 151		4.-7. klasse Formings aktivitet og bibel fortellinger
Håndball	Tynsethallen/Holmenhallen Se «Rubic connect» (app) eller www.tynsetidrett.no for tid og sted for hvert enkelt lag etter påmelding	Mdl avgift TIF: (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr Treningsavgift: Mini: Gratis 9-10 år: 1190kr 11-12 år: 2070kr	handball@tynsetidrett.no	www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset IF Håndball	Fra 1. klasse

For mer informasjon om aktiviteter eller dere opplever hindringer for å komme i gang eller delta i aktivitet (eks økonomi):

Kontakt: Kristin Utby Telneset **E-post:** kristin@tynsetidrett.no **TLF:** 48 21 50 02 **Kontor:** Tynsethallen **Facebook:** Sammen om rett aktivitet for alle

FRITIDSAKTIVITETER FOR BARN

Idrettsskole	Tirsdag kl 17-18 (1.-3. kl) Mandag kl 13-15 (2. kl) (Se egen plan for sted)	Mdl avgift TIF: 100kr/Familie 750kr	Gina Helstad ginahelstad@gmail.com	www.tynsetidrett.no	1.-3. klasse
Instrument	1/uke Individuell avtale for tid Tynset kulturskole	1645kr/semester + evt instr.m. leie 430kr	Kulturskolen ved Tanja Korban tanja.korban@tynset.kommune.no	Tynset Kulturskole - Tynset kommune Facebook: Tynset Kulturskole	Fra 10 år
Judo	Torsdag Kl 17.30-18.30 Holmenhallen	Mdl avgift TIF: (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr Treningsavgift: 1050kr pr år + 200kr forsikring	Kenneth Lindberg kenneth1lindberg@gmail.com	www.tynsetidrett.no	5 år og eldre
Klatring	Barneklattring: Onsdag kl 17-19 Holmenhallen	Mdl avgift TIF: (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr Barn: 900kr Familie: 1600kr	Janniken Strømseng jannikst@online.no	www.tynsetidrett.no Facebook: TIF Klatring	Foreldre sikrer eget barn. Det kreves brattkort eller topptau kort for å sikre
Kor	1/uke Tynset kulturskole	1645kr/semester	Kulturskolen ved Tanja Korban tanja.korban@tynset.kommune.no	Tynset Kulturskole - Tynset kommune Facebook: Tynset Kulturskole	Fra 2. klasse
Korps	Tirsdag kl. 15.15 - 16.45 Tynset kulturhus	1600kr/år	post@tsmk.no	www.tsmk.no	9-18 år
Lysløyperenn	Tirsdag kl 18.30 Skistadion i Haverslia	200kr/sesong		www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset IF Ski	
Minikor	Torsdag kl 17.30-18.30 Tynset menighetshus		Lars Gustav Moldstad tlf 48107465 Karin Eline Hartviksen Tlf 90106003		4-7 år
Motocross	Tirsdager: kl 18:00-21:00 (organisert trening kl 18-19)	«Kom og prøv mdl-skap»: 50kr «Kom og prøv lisens»: 150kr	Sondre Steen TLF: 48006590 post@tynsetmxklubb.no	Facebook: Tynset Mx klubb	Fra 5 år. Foreldre må

For mer informasjon om aktiviteter eller dere opplever hindringer for å komme i gang eller delta i aktivitet (eks økonomi):

Kontakt: Kristin Utby Telneset **E-post:** kristin@tynsetidrett.no **TLF:** 48 21 50 02 **Kontor:** Tynsethallen **Facebook:** Sammen om rett aktivitet for alle

FRITIDSAKTIVITETER FOR BARN

	Lørdager: kl 12-16 Tynset motorsenter Tylldalsveien	Aktivt medlem: 500kr Baneavgift: 1500kr			være tilstede.
O-MORO	Onsdag Kl 17-15-18.00 (07.05-11.06 + 20.08-01.10) Haverslia skistadion eller se sesongprogram 2025	Gratis deltakelse, men må være medlem i Tynset Idrettsforening. Mdl avgift TIF: (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr	Kaisa Svergja Rustad TLF 45 27 61 24	Tynset Idrettsforening - Sesongprogram ORIENTERING 2025	Fra 1. klasse
Orientering	Onsdager kl 18.00 (se egen plan for sted)	Gratis deltakelse for alle under 20 år, men må være medlem i Tynset Idrettsforening. Mdl avgift TIF: (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr Voksne med mer enn 2 løp betaler kr 200 for sesongen. Giro sendes ut i etterkant.	tynset.orientering@gmail.com	www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset IF Orientering Tynset Idrettsforening - Sesongprogram ORIENTERING 2025	
Ridning	Lonåsen – Tunnbrottet gård «Ri etter skolen» - nybegynner fra 8 år; Onsdag kl 15.30. «Ridekurs med litt erfaring» fra 10 år; Onsdag kl 17.15-18.30 Ridekurs fra 9 år; Torsdag kl 17-18.15 Ridekurs til øvde ryttere; Torsdag kl 18.30-19.45	Kurs: 3700kr for 10 ganger	Tomas Lillehagen, mobil: 48997659	www.tunnbrottet.no Facebook: Tunnbrottet gård	Fra 8, 9 eller 10 år avhengig av kurs
Ski	3.-6. kl: Mandag kl 18 7. klasse og eldre: Mandag og torsdag kl 18 Skistadion i Haverslia	Mdl avgift TIF: (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr	Siri Horten Sirihorten78@gmail.com	www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset IF Ski	Fra 3. klasse
Skihopp	Basistrening: 6-12år lørdag kl 14.30 13år + : onsdag kl 19.30 i gymsal (oppstart etter høstferien)	Ingen deltakeravgift på hopp, men må ha heiskort. Årsavgift: 600kr medlem Tolga IL 1200kr ikke-medlem	Facebook: Hamran Skipark Asgeir Hilmarsen asgeir@hilmarsen.no	www.tolga-idrettslag.no Facebook: Hamran Skipark	6 år og oppover

For mer informasjon om aktiviteter eller dere opplever hindringer for å komme i gang eller delta i aktivitet (eks økonomi):

Kontakt: Kristin Utby Telneset **E-post:** kristin@tynsetidrett.no **TLF:** 48 21 50 02 **Kontor:** Tynsethallen **Facebook:** Sammen om rett aktivitet for alle

FRITIDSAKTIVITETER FOR BARN

	Skihopptrening: Mandag kl 18 - Hamran på Tolga				
Skiskyting	4.-6. klasse: Torsdag kl 18 7. klasse+: Tirsdag kl 19, samt mandag og torsdag kl 18 Skistadion i Haverslia	Mdl avgift TIF: (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr	Siri Horten Sirihorten78@gmail.com	www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset IF Ski	Fra 4. klasse
Skyting	Torsdag kl 18 (oktober-juni) Skytterhuset på Tynset Skytebane, Telnesveien 253	Rekruttkurs 750kr (inkluderer lån av våpen og ammunisjon)	Harald Grue, TLF 90545680 grueharald@gmail.com	Facebook: Tynset Skytterlag	Fra 10 år. Foreldre bør være delaktig!
Skøyter	Tirsdag og torsdag kl 18 Nytrømoen	Mdl avgift TIF: (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr	Marius Krokhaug marikrok@trondelagfylke.no	https://www.unosport.no/ www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset IF Skøyter - skøytegruppa	
Svømmekurs	Mandag eller onsdag Tynset Svømmehall	Mdl avgift TIF: (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr Svømmekurs: 750kr/semester	Maren Grimsbo skole.svomming@tynsetidrett.no	www.tryggivann.no www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset IF Svømming	5 år og eldre
Svømme trening	Mandag	Mdl avgift TIF: (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr Treningsavgift: 1200kr	Maren Grimsbo skole.svomming@tynsetidrett.no	www.tryggivann.no www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset IF Svømming	Ferdighetsni vå: Hai
Taekwondo	Mandag og torsdag Tiger 5-7 år: kl 17.15-18.00 JR 8-12 år: kl 18-18.50 MUDO	349kr/mnd	tynset@mudo.no	www.mudogym.no/gym/tynset	5-12 år
Teater	Onsdag kl 16.00-17.15 i Smea, Tynset kulturhus	Gratis høst 2024	Teater i Fjellregionen post@teaterifjellregionen.no Kulturskolen	Hjem Teater I Fjellregion (teaterifjellregionen.no) Påmelding: www.speedadmin.no Facebook: Teater i Fjellregionen	5.-7. klasse

For mer informasjon om aktiviteter eller dere opplever hindringer for å komme i gang eller delta i aktivitet (eks økonomi):

Kontakt: Kristin Utby Telneset **E-post:** kristin@tynsetidrett.no **TLF:** 48 21 50 02 **Kontor:** Tynsethallen **Facebook:** Sammen om rett aktivitet for alle

FRITIDSAKTIVITETER FOR BARN

Terreng sykling	Torsdag kl 18-19.30 Ved gapahuk på skistadion i Haverslia	Gratis	Johnny Nystuen polar5@hotmail.com	Facebook: Savalen SK - terrengsykling for barn	8-14 år Påbudt med hjelm!
Tron Ungdoms senter (kristen leir)	Helg på høst, vår og sommer	650kr	post@tron-ungdomssenter.no	www.tron-ungdomssenter.no	
Tynset jeger- og fiskeforening				www.njff.no/hedmark/tynset Facebook: Tynset jeger- og fiskeforening	
Ung husflid	Torsdag ca 1/mnd Kl 16.30-18.30 Husflidsstua	Medlemskap i Norges Husflidslag 210kr pr år (100kr pr kveld dersom ikke mdl)	Ann-Mari Hugudal annmbhugudal@gmail.com	Ung Husflid - husflid.no	6-26 år
Åpen hall - tilrettelagt aktivitet	Lørdag kl 12-13.30 Holmenhallen	Gratis	Fritidskoordinator kristin@tynsetidrett.no TLF 48215002	www.tynsetidrett.no Facebook: Sammen om rett aktivitet for alle Instagram: UngiTynset	ALLE Personer med nedsatt funksjons evne er spesielt velkommen

UORGANISERTE AKTIVITETER

Aktivitetspark	Ved Kulturhuset				ALLE
Endurobane	Tynset motorsenter		Kjøring avtales med Sondre Steen post@tynsetmxklubb.no eller TLF 48 00 65 90		
Frisbeegolf	Nytrømoen Tron Ungdomssenter	Gratis		Facebook: Tynset IF Discgolf	
Hamran	Åpen for skilek og alpint: Mandag og onsdag kl 18.00-20.30 Lørdag kl 12-15	Årsavgift heiskort: 600kr medlem Tolga IL 1200kr ikke-medlem		www.tolga-idrettslag.no Facebook: Hamran Skipark	
Savalen				www.savalen.no	
Stolpejakt	Tynset	Gratis		Stolpejakten - tynset	

For mer informasjon om aktiviteter eller dere opplever hindringer for å komme i gang eller delta i aktivitet (eks økonomi):

Kontakt: Kristin Utby Telneset **E-post:** kristin@tynsetidrett.no **TLF:** 48 21 50 02 **Kontor:** Tynsethallen **Facebook:** Sammen om rett aktivitet for alle

FRITIDSAKTIVITETER FOR BARN

Tynset svømmehall	Tirsdag kl 18-21 Torsdag 17-20.30 Fredag 17-20.30	0-3 år: Gratis 3-16 år: 25kr Voksne: 50kr		Svømmehallen - Tynset kommune	
Tynset turlag -Trimpoeng -Fotturer -Skiturer			leder@tynsetturlag.org	www.tynsetturlag.org	

Gratis utlån av utstyr: BUA, Sjukehusvegen 8, Åpent: tirsdag kl 15-17. [Utlånsordninger](#) | [BUA](#) Facebook: BUA Tynset

Denne oversikten over fritidsaktiviteter er med forbehold om at noe kan være feil, og at det kan oppstå endringer.

For mer informasjon om aktiviteter eller dere opplever hindringer for å komme i gang eller delta i aktivitet (eks økonomi):

Kontakt: Kristin Utby Telneset **E-post:** kristin@tynsetidrett.no **TLF:** 48 21 50 02 **Kontor:** Tynsethallen **Facebook:** Sammen om rett aktivitet for alle