

# PEP VECKA 2024



## 2 - 8 September

En vecka med roliga aktiviteter, kostföreläsning och prova på sport för alla.

Program finns på Fritidsbanken och Dals-Eds kommuns hemsida och sociala medier

*Aktivitetserna är gratis och för alla åldrar om inget annat står.*

*Ordnad av flera föreningar och verksamheter i Ed.*

Skaffa dig en Bingobricka från Fritidsbanken eller online och få det stämplat på varje aktivitet du gör. När du har gjort minst 3 olika aktiviteter och fått stämplat, lämna bingobrickan till Fritidsbanken. Vi drar fem bingobrickor den 17/9 och lottar ut fem sportiga priser.



# ALLT ÄR GRATIS!



# PEP VECKA 2024



## PROGRAM 2 - 8 September



Hela veckan: 2 - 8 Sept Alla aktiviteter är gratis!



Tid	Arrangör; Plats	Aktivitet
	Eds Ryttarsällskap; på sin anläggning vid Ridhuset	Working Equitation och hoppning med kähphäst samt tipspromenad hela veckan. Kähphästar finns att låna. OBS! Det finns ledare på plats endast under tisdagen 18:00-20:00. Då är även Café Bettet öppet.

### Måndag 2 Sept

Tid	Arrangör; Plats	Aktivitet
13:00 - 15:00	Svenska Kyrkan, Fritidsbanken, Dals-Eds kommun; Ångs Naturresevat	Ut & Njut. Samlas vid Fritidsbanken, (Hjortronstigen 4) om man vill promenera. Det finns personal på plats om man vill ta sig dit själv. Vi bjuder på kaffe/te + korv med pinnbröd.
18:00	Eds SK; Bergslätt	Prova på friidrott. För ungdomar 6-16 år.



### Tisdag 3 Sept

Tid	Arrangör; Plats	Aktivitet
18:00 - 19:00	RF SISU; Digitalt via länk	Kostföreläsning för föreningsaktiva ungdomar, deras tränare och vårdnadshavare. Inbjudan separat via föreningarna.



### Torsdag 5 Sept

Tid	Arrangör; Plats	Aktivitet
10:00	PRO; Start Snörums parkering	Må bra i naturen; längre vandring med PRO (för alla åldrar). Ledare: Anneli Kantola 0738-142225. Ta med egen fika.
10:00	PRO; Start Tavlans parkering	Må bra i naturen; kortare vandring med PRO (för alla åldrar). Ledare: Vivan Andersson 0703-719293. Ta med egen fika.
18:15	Dals-Eds Scoutkår; Tavlans	Prova på scouting kväll



# PEP VECKA 2024



## PROGRAM 2 - 8 September



### Fredag 6 Sept

Tid	Arrangör; Plats	Aktivitet
18:00	Håbols IF; Hultevi, Håbol	Träningspass med Malin. Ta med träningsmatta om du har (några kommer att finnas för utlåning på plats) och vattenflaska.
18:00 - 19:30	Dals-Eds Ridklubb; på Torpödegården.	Ponnyridning och käpphästdisco.



### Söndag 8 Sept

Tid	Arrangör; Plats	Aktivitet
10:00 - 11:00	Nössemarks IF	Träning på Nössemarks gym. Öppet för alla.
10:00 - 11:15	Gesätters IF; Utsiktens idrottshall	Prova innebandy. För barn födda 2015-2018. Klubbor finns att låna



### Söndag 8 Sept: PEP DAG på SJB Arena / bollhallen

Tid	Arrangör	Aktivitet
11:00 - 12:00	Friskis & Svettis	Familjegymna. Passar vuxna med barn som är 2-6 år. Info om olika pass utanför hallen under tiden.
11:00 - 14:00	Fritidsbanken	Bjuder på rörelseinspiration med utrustning från Fritidsbanken
11:00 - 14:00	Eds SK	Prova sprintorientering
11:00 - 14:00	Dals-Eds ridklubb	Käpphästridning
11:00 - 14:00	Edsbygdens naturskyddsförening	Tipspromenad
11:00 - 14:00	KS Edsbowlarna	Prova bowling på matta
11:00 - 14:00	PRO	Information från PRO om deras verksamhet
12:00 - 13:00	Eds badmintonklubb	Prova badminton
13:00 - 14:00	Eds FF	Prova fotboll



**Hela vecka:**

- 
- Eds Ryttarsällskap:

**Namn:****Mobil:****Sön 8/9:**

- 
- Nössemarks gym: 10
- 
- 
- Gesäters IF: 10

**Mån 2/9:**

- 
- Ut & Njut: 13
- 
- 
- Eds SK: 18

**Tors 5/9:**

- 
- PRO: 10
- 
- 
- Scoutkår: 18:15

**Fre 6/9:**

- 
- Håbols IF: 18
- 
- 
- Dals-Eds Ridklubb: 18



**Pep Bingo**  
2-8 Sept 2024

**Sön 8/9: Pep Dag**

- 
- Friskis & Sveltis.
- 
- 
- Fritidsbanken.
- 
- 
- Eds SK.
- 
- 
- Dals-Eds ridklubb.
- 
- 
- Edsbygdens naturskyddsförening.
- 
- 
- KS Edsbowlarna.
- 
- 
- PRO.
- 
- 
- Eds badmintonklubb.
- 
- 
- Eds FF.

**Gör ett aktivitet med en förening eller klubb och ber de stämpla ditt bingobricka.**

När du har gjort minst 3 olika aktiviteter och fått stämplat, lämna bingobricka till Fritidsbanken på Pep Dag (8/9) eller lämna in det till Fritidsbanken butiken under v. 37.

*Vi dra fem bingobrickor den 17/9 och lotta ut fem sportiga prisar.*

**Hela vecka:**

- 
- Eds Ryttarsällskap:

**Namn:****Mobil:****Sön 8/9:**

- 
- Nössemarks gym: 10
- 
- 
- Gesäters IF: 10

**Mån 2/9:**

- 
- Ut & Njut: 13
- 
- 
- Eds SK: 18

**Tors 5/9:**

- 
- PRO: 10
- 
- 
- Scoutkår: 18:15

**Fre 6/9:**

- 
- Håbols IF: 18
- 
- 
- Dals-Eds Ridklubb: 18



**Pep Bingo**  
2-8 Sept 2024

**Sön 8/9: Pep Dag**

- 
- Friskis & Sveltis.
- 
- 
- Fritidsbanken.
- 
- 
- Eds SK.
- 
- 
- Dals-Eds ridklubb.
- 
- 
- Edsbygdens naturskyddsförening.
- 
- 
- KS Edsbowlarna.
- 
- 
- PRO.
- 
- 
- Eds badmintonklubb.
- 
- 
- Eds FF.

**Gör ett aktivitet med en förening eller klubb och ber de stämpla ditt bingobricka.**

När du har gjort minst 3 olika aktiviteter och fått stämplat, lämna bingobricka till Fritidsbanken på Pep Dag (8/9) eller lämna in det till Fritidsbanken butiken under v. 37.

*Vi dra fem bingobrickor den 17/9 och lotta ut fem sportiga prisar.*