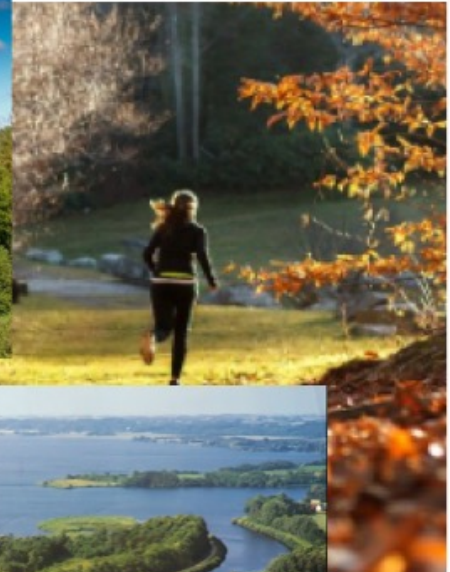


VILD MED LEG

Bevægelseslege ved Gudenåen



”Vild med leg”

Ved grejbanken, nede ved åen i parken sker der en masse spændende og dragende aktiviteter. Kom ned til åen og se hvad der foregår - og måske har du lyst til at lege med eller bare prøve dig frem.

Der sker noget hele året rundt. Det kan være interessant at se på - endnu sjovere at være med til. Du kan være aktiv, som du selv har lyst til, og måske finder du sammen med nogen, der deler de samme interesser som dig selv.

Måske er der én der lærer dig et par tricks eller fortæller dig om en smukke cykelrute, eller måske får du lyst til at hjælpe par knægte med at fange en aborre eller vise hvordan man balancerer på slackline. Hvis du synes, at det der med kajakken, bolden eller cyklen var vildt spændende - ja så ska´ du da melde dig ind i en forening og gi´ den fuld gas.

To dage om ugen planlægger vi nogle aktiviteter.

- Onsdag er der ”Social Ride”
- Torsdag er der ”Vild med Leg”

Et liv i bevægelse

Ganske enkelt

Vi planlægger nogle gode og sjove aktiviteter i parken og håber, at der mange legeglade borgere, der vil være med til at have det sjovt i et fællesskab. Kom og vær med!

Vi er ikke et alternativ til foreningslivet i Bjerringbro, men vi vil facilitere fysiske rammer der motiverer til og støtter den organiserede idræt i byen.

Hvor

Parken ved åen er legemiljøet. I grejbanken kan du hente udstyr til din aktivitet.

Hvorfor

Fordi vi synes det er dejligt at være aktive og fordi vi gerne vil inspirere til aktivitetsmuligheder, lege og spil som man kan tage med sig i livet, i klubben, i haven, til familiefesten, i skolen etc. Det første skridt (at møde op), er det største og sværeste skridt. Vi vil inspirere borgerne (især børn) til selv at gå videre med gode og sjove aktiviteter.

Hvornår

Torsdag kl. 16 (den gode leg slutter når det ikke er sjovt længere). Vi forventer at lege i juni, juli og august.

Nogle dage vil der blot være én aktivitet (Blå Støttepunkt vil ofte være der), men ofte vil der være aktiviteter både på vand og på land.

Hvem står for legene

Outdoor Bjerringbro

Personer og foreninger kan byde ind med aktiviteter

Vi opretter et "web sted". Et "sted" hvor man kan:

- Se hvornår aktiviteterne finder sted?
- Hvilke aktiviteter er der planlagt for dagen?
- Hvem står for aktiviteten?
- Du har et forslag til en spændende aktivitet - hvad gør du?
- Etc.

Aktivitetskatalog

Spillet

- Krolf
- Pickleball
- Kurvebold
- Bueskydning
- Familiefodbold
- Beachvolley
- Kinball
- Softball
- Ultimate
- Street håndbold
- Etc. etc. etc.

Aktiviteten

- Blå Støttepunkt
- Drageflyvning
- Nye og gamle lege
- Dykning
- Lær at køre på MTB baghjul
- Bueskydning
- Yoga
- Kom og dans
- Fiske
- Jagt
- Slackline og jonglering
- Etc. etc. etc.

Den gode idé til legen

Inspiration til den sjove leg

- [Legedatabasen](#) - vildt mange gode leg
- [Dansk skoleidræt](#) - leg i skolen
- [DGI](#) - idræt skaber glæde
- [DIF](#) - legen er med i sport
- [Vores puls](#) - gode "voksenlege"

Husk - den gode og sjove leg er indre motiveret. Børn (og voksne) er gode til at lege selv, men fint med støtte til legen.