

FRITIDS AKTIVITETER FOR VOKSNE

AKTIVITET	TID/STED	Pris	Kontaktperson	Informasjon	Merk
Alvdal – Tynset Janitsjarkorps	Tynset Kulturhus Mandag kl 19:15-22:00	Årskontingent: 4500 kr	post@tynsetjanitsjar.no	www.tynsetjanitsjar.no	
Babysang	Tynset Menighetshus	Gratis		Facebook: Babysang Tynset	
Badminton	Mandag og torsdag Kl 20:00 - 21:30 Holmenhallen	Voksen: 1 dag uken/1200kr 2 dag uken/1900kr	Ferdinand A. Skjønhal ledertynsetbk@outlook.com	Facebook: Tynset Badminton	Voksen: 19 år og godt moden årgang
Bilcross	Onsdag kl 17:30 Tynset motorsenter Tyllaldsveien	Medlem: 350-600kr Startpakke bil med utstyr: 15 000kr	Harald Hansen TLF 91 11 31 62 hansenteammax@gmail.com	www.nmk.no Facebook: NMK Tynset	
Brydalen Bygdekvinnelag				Facebook: Fåset Bygdekvinnelag	
Brydalen IL			ingrid@nordligard.no	Facebook: Brydalen Idrettslag	
Brydalen/ Finstad Sanglag	Mandag (september-mai) Finshall på Finstad før jul, Midtvang i Brydalen etter jul		Henning Dalbakk TLF 90586815	Facebook: Brydalen/Finstad Sanglag	
Brydalen Sanitetsforening			Inger Elise Næss TLF 95233621 ru4@online.no		
DNT Nord-Østerdal				http://nordosterdal.dnt.no/ Facebook: DNT Nord-Østerdal	
E-sport	Holmenbygget Sjukehusvegen 8			www.tronesport.gg Facebook: Tron E-sport	
Endurobane	Tynset motorsenter		Kjøring avtales med Sondre Steen post@tynsetmxklubb.no eller TLF 48 00 65 90		
Fotball			sport.fotball@tynsetidrett.no	www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset IF Fotball	
Flyklubb (motor- og modellfly)	Tynset flyplass Aumveien 357		post@tynsetflyklubb.no	www.tynsetflyklubb.no	
Frisbeegolf	Nytrømoen Tron Ungdomssenter	Gratis		Facebook: Tynset IF Discgolf	
Frivilligsentralen	Meierigata 4B		Ann-Magritt Røe post@tynset.frivilligsentral.no	www.tynset.frivilligsentral.no	
Fåset IL				Facebook: Fåset idrettslag	

For mer informasjon eller hjelp til å komme i gang:

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

FRITIDSAKTIVITETER FOR VOKSNE

Fåset musikklag				Facebook: Fåset Musikklag stiftet i 1892	
Fåset Pistolklubb	Onsdag kl 18	Medlemsavgift 900kr/år	Fåset pistolklubb v/Tor Tolgensbakken E-post: leder@fpkl.no	Fåset Pistolklubb (fpkl.no) Facebook: Fåset Pistolklubb	
GåPå IL				Facebook: Idrettslaget GÅ-PÅ	
Husfellesskap	Annenhver tirsdag Kl 19.00-22.00		Gunhild Lorentzen TLF 907 58 741 Kirsten Gjeltén TLF 916 40 212	Kveldsmat, lesing fra bibelen og samtale	
Judo	Torsdag Kl 18.30-20.00 Holmenhallen	Treningsavgift: 1050kr/år Forsikring: 200kr Mdl avgift TIF: 350kr/Familie750kr	Kenneth Lindberg kenneth1lindberg@gmail.com	www.tynsetidrett.no	
Klatring	Mandag og torsdag Kl 18-20 Holmenhallen	Voksen: 1100kr Familie: 1600kr + Mdl avgift TIF (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr	Janniken Strømseng jannikst@online.no	www.tynsetidrett.no Facebook: TIF Klatring	Brattkort eller topptau kort
Kom i gang	Mandag kl 13-14 Tynset Friskliv	120kr/gang	Berit Nordstad TLF 95 06 64 72	Facebook: Nordstad Fysikalske	
Kom og dans	Se nettside for datoer og tidspunkt	Inngang: 60 kr (evt 100kr inkludert pizza)	Esten Erlien TLF 906 60 701 tynset@komogdans.no	http://www.komogdans.no/innlandet/avdelinger/tynset/	
Kvikne IL		200kr/år Familie: 500kr/år	kjetil.frengstad@gmail.com	www.kvikne.no	
LHL	Torsdag Tynset Friskliv		lhl.tynset@lhl.no Jan Ivar Rekstad	https://www.lhl.no/	
Lions	Frivilligsentralen		tobraby54@gmail.com	Facebook: Tynset Lions club	
Lysløyperenn	Tirsdag kl 18.30 Skistadion i Haverslia	200kr/sesong		www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset IF Ski	
Makerspace	Ikke aktivt pr idag			www.tynsetmakerspace.no Facebook: Tynset Makerspace	
Mannskoret Ljom			Stein Rønningen TLF 90744745 steinronningen@gmail.com		
Motocross	Tirsdager: kl 18:00-21:00 (organisert trening kl 18-19)	«Kom og prøv mdl-skap»: 50kr	Sondre Steen TLF: 48006590 post@tynsetmxklubb.no	Facebook: Tynset Mx klubb	

For mer informasjon eller hjelp til å komme i gang:

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

FRITIDSAKTIVITETER FOR VOKSNE

	Lørdager: kl 12-16 Tynset motorsenter Tylldalsveien	«Kom og prøv lisens»: 150kr Aktiv medlem: 500kr Baneavgift: 1500kr			
Mudo (treningssenter)	Åpningstid: kl 05-23 Bemannet: kl 17-20 Meierigata 1		tynset@mudo.no +4793432167	Mudo Gym Tynset – Treningssenter for hele familien	
Orientering	Onsdager kl 17.30 (se egen plan for oppmøtested)	Mdl avgift TIF: (100kr opptil 8 år) 350kr/Familie750kr	tynset.orientering@gmail.com	www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset IF Orientering	
Redd Barna	Torvgata 1		siri_munkvold@hotmail.com	Facebook: Redd Barna Tynset	
Savalen sykkelklubb			savalensk@gmail.com	Facebook: Savalen SK	
Savalen Turlag				Facebook: Savalen Turlag	
Skatepark	Tynset skatepark Tomtegata 5			Facebook: Tynset Skatepark	
Skyting	Tirsdag og torsdag kl 18 Skytebane, Telnesveien 253		Harald Grue, TLF 90545680 grueharald@gmail.com	Facebook: Tynset Skytterlag	
Skøyter	Tirsdag og torsdag kl 18.00 Nytrømoen	Mdl avgift TIF: (100kr til opptil 8 år) 350kr/Familie750kr	Marius Krokhaug marikrok@trondelagfylke.no	www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset IF Skøyter - skøytegruppa	
Spark'n Line Dancers	Mandager Kjæreng Grendehus	Nybegynnerkurs: 750kr/semester Viderekommende: 1000kr/semester	Turid Vold TLF 97581755	Facebook: Spark'n Line Dancers	
Stolpejakt	Tynset	Gratis		Stolpejakten - tynset	
Svømmekurs	Mandag/Onsdag Svømmehallen	Mdl avgift TIF: (100kr opptil 8 år) 350kr/Familie750kr Svømmekurs: 750kr/semester	skole.svømming@tynsetidrett.no	www.tryggivann.no www.tynsetidrett.no	

For mer informasjon eller hjelp til å komme i gang:

Kontakt Fritidskoordinator: Kristin

E-post: kristin@tynsetidrett.no

TLF: 48 21 50 02

Kontor: Tynsethallen

Facebook: Sammen om rett aktivitet for alle

FRITIDSAKTIVITETER FOR VOKSNE

Svømmetrening	Mandag	Mdl avgift TIF: (100kr opptil 8 år) 350kr/Familie750kr Treningsavgift: 1200kr	skole.svømming@tynsetidrett.no	Påmelding: www.tryggivann.no www.tynsetidrett.no	Ferdighets nivå: Hai
Tron Luftsportklubb			Øyvind Kalbækken TLF 410 83 770 kalken_k@hotmail.com	Facebook: Tron Luftsportklubb	
Tron Ungdomssenter (kristen leir)			post@tron-ungdomssenter.no	www.tron-ungdomssenter.no	
Tron Volleyball	Søndag kl 19-21 Tynsethallen	Medlemskontingent: 100kr/år Voksen 900kr/halvår Student 650kr/halvår	Jardar Storbækken jardar@tronvbk.no TLF 986 00 961	Facebook: Tron Volleyballklubb	
Tunna IL			eystlu@gmail.com	Facebook: Tunna IL	
Tylldalen blandakor				Facebook: Tylldalen blandakor	
Tylldalen Bygdekvinnelag				Facebook: Tylldalen bygdekvinnelag	
Tylldalen IL			halvor@wangfysio.no	Facebook: Tylldal IL	
Tynset blandakor	Onsdag kl 18.30-21.00 Tronsalen på Nord Østerdal Videregående skole		tynset.blandetkor@gmail.com	www.tynsetblandetkor.no Facebook: Tynset blandakor	
Tynset båt- og vannsport forening			Roar Bangen ro-ban@online.no	Facebook: Savalen Vannsport	
Tynset flyklubb	Tynset flyplass, Aumveien 357		post@tynsetflyklubb.no	www.tynsetflyklubb.no	
Tynset Friskliv	Åpningstider: Mandag – torsdag: Kl 07.30-19.00, fredag: kl 07.30-16.00. Nøkkeltkort: Mandag – søndag kl 04.00-23.30	Se priser: Online Booking (ibooking.no)	friskliv@tynsetidrett.no	www.tynsetidrett.no Facebook: Tynset Friskliv	Fra året du fyller 15 år

For mer informasjon eller hjelp til å komme i gang:

Kontakt Fritidskoordinator: Kristin

E-post: kristin@tynsetidrett.no

TLF: 48 21 50 02

Kontor: Tynsethallen

Facebook: Sammen om rett aktivitet for alle

FRITIDSAKTIVITETER FOR VOKSNE

Tynset Husflidslag	Torsdag kl 19 (fra 7. september) Ringveien 34	Medlemskap i Norges Husflidslag: 210kr pr år	Ann-Mari Hugudal annmbhugudal@gmail.com	Facebook: Tynset Husflidslag	
Tynset jazzklubb	Utvalgte lørdager gjennom vår- og høstsemesteret + festival i starten av september	Billetter fra 100 – 300kr Frivillig støttemedlemskap på 250,- pr år	Ellen Brekken leder@tynsetjazz.no	Facebook: Tynset Jazzklubb http://www.tynsetjazz.no	ALLE
Tynset jeger og fiskeforening				www.njff.no/hedmark/tynset Facebook: Tynset jeger- og fiskeforening	
Tynset pensjonist forening	Siste onsdag hver måned, Kl 11 på Frivilligsentralen		Kjell Arne Hugubakken kjarnehu@online.no	Tynset Pensjonistforening Pensjonistforbundet	
Tynset og omegn Hundeklubb			tohundeklubb@hotmail.com	www.tohundeklubb.no Facebook: Tynset og omegn hundeklubb	
Tynset skytterlag	Telnesveien 253		tynset@skytterlag.no	Facebook: Tynset skytterlag	
Tynset Røde kors Hjelpekorps			tynsetrkh@gmail.com	Facebook: Tynset Røde Kors Hjelpekorps	
Tynset spellemannslag			Roar Selboe TLF 918 14 078 selboe.roar@gmail.com		
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 trekkspillklubb	Tirsdag kl 19-21.30 Olaf Røsts gate 36 (administrasjonbygg på Litun senter)	Gratis å delta, men må ha eget instrument	Erling Brekken TLF 90 51 34 67 erlingbrekken@gmail.com		Ungdom og voksne
Tynset Turlag -Trimpoeng -Fottur -Skitur			leder@tynsetturlag.org	www.tynsetturlag.org Facebook: Tynset turlag	
Ung husflid	Torsdag 28.9, 26.10, 23.11 Kl 16.30-18.30 Ringveien 34	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

For mer informasjon eller hjelp til å komme i gang:

Kontakt Fritidskoordinator: Kristin

E-post: kristin@tynsetidrett.no

TLF: 48 21 50 02

Kontor: Tynsethallen

Facebook: Sammen om rett aktivitet for alle

FRITIDSAKTIVITETER FOR VOKSNE

Åpen hall – tilrettelagt aktivitet	Lørdag kl 12-13.30 Holmenhallen	Gratis	Fritidskoordinator Kristin Utby Telneset kristin@tynsetidrett.no +47 48 21 50 02		ALLE Personer med nedsatt funksjon spesielt velkommen
Åpen hall - ungdom	Fredag kl 19-21 i Tynsethallen	Gratis	Fritidskoordinator Kristin Utby Telneset kristin@tynsetidrett.no		13-25 år

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

Oversikten over aktiviteter er med forbehold om feil eller at endringer kan oppstå.

For mer informasjon eller hjelp til å komme i gang:

Kontakt Fritidskoordinator: Kristin

E-post: kristin@tynsetidrett.no

TLF: 48 21 50 02

Kontor: Tynsethallen

Facebook: Sammen om rett aktivitet for alle