

# NYBORG DAGEN 2010

Søndag 29. aug. fra kl. 1100

Ved Nyborg skole i Trondheim.

Arrangør: Nyborg IL [www.nyborgil.no](http://www.nyborgil.no)  
(se lagets ukentlige aktivitetstilbud på neste side)

Med NM i  
konebæring  
(nå også med  
egen mosjons-  
klasse),  
Nyborg-  
mesterskapet i  
bamsebæring,  
bruktua og  
masse  
aktiviteter

Støttespillere:



Initio

☞ **Gratis aktiviteter** og konkurranser for barn, unge og voksne uansett funksjonsgrad fra kl. 1100-1300.

☞ **Nyborgmesterskapet i bamsebæring (gratis)** for 2-12-åringer fra kl. 1300-1330 med premier til alle.

☞ **NM i konebæring (gratis)** fra kl. 1400-1500 med pengepremier. Nytt av året er en egen mosjonsklasse.

☞ **Bruktua** – selg og kjøp billig sportsutstyr, leker, bøker o.a. fra kl. 1100-1300.

☞ **Kafé og loddsalg** – vinn flotte premier.

☞ **Utprøving av aktivitetshjelpemidler for funksjonshemmede i alle aldre** (fra kl. 1100-1300)

## AKTIVITETER:

Her er noen av aktivitetene du kan være med på under Nyborgdagen:

Aktivitetshjelpemidler  
Slå av planken  
Limbodans  
Sjonglering  
Boksing, Boccia  
El-innebandy  
Bueskyting  
Bordtennis, Fekting  
Skotthyll, Bandy  
Volleyball  
Svampekasting  
Rockeringer  
Kubbespill  
Erteposekasting  
Ringkasting  
Styler

## BRUKTBUA:

Under Nyborgdagen 2010 blir det mulighet til å kjøpe og selge brukte ting til en billig penge.

Har du sportsutstyr, leker, bøker etc. etc. som du ønsker å bli kvitt, har du anledningen nå. Du må selv prise tingene dine og stå for salget. Etter at dagen er avsluttet, må du ta med hjem det du evt. ikke har solgt.

**Benytt sjansen og få samtidig ryddet på loft og i kjeller.**

**Mer info / påmelding:**

Mobil: 9240 2803

E-post:

[post@nyborgil.no](mailto:post@nyborgil.no)

for registrering innen 26. august.

## NM I KONEBÆRING:

Bli med på det fjerde offisielle NM i konebæring under Nyborgdagen 2010.

Løypa er ca. 150 meter med innlagte hinder og løpes to ganger. De 3 beste til finale. 18 års aldersgrense. Start kl. 1400.  
1. premie: kr 5.000,- 2. premie: kr 3.000,- 3. premie: kr 2.000,-  
I tillegg trekkes 2 gavekort à kr 1.000,- blant øvrige par.

**Det er også egen bedrifts- og mosjonsklasse.**

Løper: Minimum 30 år

"Kone": Minimum 18 år

6 gavekort à kr 500,- trekkes blant deltakerne i mosjonsklassen.

Mer info/påmelding:

Mobil: 9240 2803

E-post: [post@nyborgil.no](mailto:post@nyborgil.no)

Påmelding ønskes primært

innen 25. august, men kan

foretas inntil 30 min. før start.

## NYBORG-MESTERSKAPET I BAMSEBÆRING:

Er du mellom 2 og 12 år kan du være med i Nyborgmesterskapet i bamsebæring.

Deltakerne skal gå eller løpe en distanse på 150 meter. Det er samme løype som NM i konebæring med flere hinder, bl.a. en vanngrav.

Alle deltakerne får premie. Det er gratis å være med.

**Hovedpremien NM-bamsen trekkes ut blant deltakerne.**

Start i puljer fra kl. 1300.

Påmelding / spørsmål til:

[post@nyborgil.no](mailto:post@nyborgil.no)

Påmelding ønskes innen

26. august, men kan foretas

helt frem til start.



Nyborgdagen 29. august 2010 er ett av stedene som er med i Kommunekampen. Se: [www.kommunekampen.no](http://www.kommunekampen.no)