



**FYSISKE AKTIVITETER  
I DYRØY KOMMUNE:**

**V = VINTERAKTIVITET S = SOMMERAKTIVITET H =  
HELÅRSAKTIVITET**

**BRØSTADBOTN IL: Leder hovedstyre Frank Moldvik**

**UNDERGRUPPE: VOLLEYBALL, leder Hans Bakkejord**

**- Volleyball aldersbestemt jenter/gutter og 2. divisjon: Se halloversikt V**

**UNDERGRUPPE: FOTBALL, leder Frank Molvik**

**- Fotball aldersbestemt, damer: Se halloversikt S/H**

**- Basseng Sted: Bassenget ved Elvetun skole. BIL (oppstart - medio oktober-  
ca 1. mai)**

**- Jenter/Gutter fredag 17.00-17.45 10 -16 år**

**- Familiebading fredag 18.00-20.00 V**

**HEIMHUG UL Kastnes v/Per Gunnar Cruickshank - Aking. V - Corebar  
trening onsdager 19.00-20.30. Sted: Kastnes ungdomshus: instruktør Stine  
Cruickshank. V**

**BJØRKEBAKK GRENDELAG v/Ronny Nordahl**

**- Barneskirenn Lysløypa i Bjørkebakken. V -"Gubberenn" i påsken.  
Skjærtorsdag, ved grendehuset.**

**TREKLØVERHUSET/GRENDELAG Dyrøya v/Sissel R. Paulsen**

**- Skirenn: "Øya på langs", i påsken.**

**DYRØY LAG AV LHL, v/Anne Larsen**

**- Seniordans tirsdager kl. 18.00-20.00. Sted: Kultursalen, Elvetun skole.  
Instruktører Ingjerd & Rikard Johansen V**



**MAGEDANS v/Ann- Brith Jensen, mandager kl.19.00. Sted: Stalheim**

**BADMINTON: Se halloversikt**

**INNEBANDY: Se halloversikt**

**VOKSENTRIM: Se halloversikt**

**BARNETRIM: Se halloversikten**

**UNGDOMSKLUBBEN: Se halloversikten**

**DYRØY FYSIKALSKE INSTITUTT, fysioterapeut Eystein Eliassen.  
- Treningsstudio. H**

**FYSAK DYRØY v/koordinator Inger-Elise J. Bakkejord.**

**Trenings rom på Dyrøy omsorgsenter. H**

**Ut på tur til 14 turkasser i Dyrøy. H**

**Spinning klubbhuset til BIL. Tirsdag 19.00-20.00 og torsdag; ”dropp-in”  
15.45-16.45 og 17.00-18.00 V**

**Basseng/badstue fra 16 år. Torsdag 18.00-20.00 V**

**TIL ALLE LAG/FORENINGER OG ANDRE SOM ER MED PÅ DENNE  
OVERSIKTEN:**

**Husk å sende ny oppdateringer... hvis nytt kommer til... eller noe går ut.**

**"Fysisk aktiv" hilsen**

Inger-Elise J. Bakkejord  
FYSAK Dyrøy koordinator  
Telefon 99167670  
E-post: [ingerelise@dnett.no](mailto:ingerelise@dnett.no)