



Turkiska

FRILUFTSFR MJEANDET

 SVE 'İN EN BÜYÜK AÇIKHAVA AKTİVİTE DERLEMESİ



MACERA BAŐLASIN.



KEŞFETMEK VE ÖĞRENMEK

0-7 yaş – tökezlemekten kendine güvenmeye

En ufaklarımız, ebeveynleri ve eğitimli liderleri ile birlikte doğayı keşfediyor, uğur böceğine bakıyor ve orman kıyısında eğleniyoruz. Belki annemiz, babamız veya büyük annemiz bizimle birlikte **Skogsknopp** ve **Skogsknytte** gibi aktivite oyunlarına katılır.

Çocukların yaşı biraz ilerlediğinde, Skogsmulle ile tanışıyor ve eğitimli liderleri ile birlikte ormanda maceraya çıkıyorlar. **Skogsmulle** çocukları meraklıdır ve doğayı tüm duyuları ile keşfederken, aynı anda doğaya saygı duymayı da öğrenirler.

Kışları **Lagge** ile kayak ve **Skrinna** ile buz pateni kayarlar.



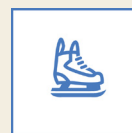
MACERA VE ARKADAŞLAR

6-12 yaş – özgüvenden meydan okumaya

Bir geceyi çadırdaki geçirin ve açık ateş üzerinde yemek pişirin. Tırmanmayı, kano çekmeyi veya dağ bisikletini dene. Aslında neredeyse Wildkids gibi, ama gerçek. Grubun düzeyine göre lider **Strövaren** veya **Frilufsaren**'i yeni maceralara çıkarır.

13 yaş ve üzeri

Macera, karında uçan kelebekler ve meydan okuma. Arkadaşlar ile kamp ateşi etrafında rahatlatma. Doğada vakit geçirmek isteyen gençler için, buz pateni, tırmanma, Outdoorcamp, kamp, TVM (Tre Vildmarks Mål), Freeskiers ve Freeriders gibi etkinlikler.





BİRLİKTELİK VE MEYDAN OKUMA

Yetişkinler – Sabit hayatın huzurundan maceraya

Tüm yaşlar ve herkes için bir seçenek var! Aşağıdakiler arasında seçiminizi yapın: Kros kayak, kayak, Snowboard ve Telemark. Yaz ve kış aylarında dağlarda yürüyüş. Batonlu yürüyüş. Kano veya Kanada kanosu çekme. Uzun yol buz pateni. Dağ bisikleti, Dirtbike veya Downhill. Tırmanma. Kar yürüyüşü, Yelkenli, Qigong, İkinci el pazarı ve macera seyahatleri.

BİRLİKTE KEŞFET

Friluftsrämjandet üyesi olarak yetkin ve tecrübeli liderler eşliğinde yeni aktiviteleri deneme ve keşfetme olanağını bulursunuz. En ufaklarımız için orman keşiflerinden, daha deneyimlerimiz için dağ tırmanışına kadar tüm aileye uyacak aktivitelerimiz bulunmaktadır. Ayrıca engelli üyelerimiz için hazırlanmış aktivitelerimiz de mevcut.





TÜM AİLEYİ AKTİFLEŞTİRİN!

Aile üyeliği yapıldığında, tüm aile bireyleri İsveç genelinde 350 şehirde gerçekleşen deneyimli liderler tarafından yürütülen aktivitelere katılma imkânına sahip olur. Herkese uyacak bir etkinlik mutlaka mevcuttur.

- Kayak, snowboard, telemark ve kros kayak
- Yaz ve kış aylarında dağlarda yürüyüş. Batonlu yürüyüş.
- Kano veya Kanada kanosu çekme
- Uzun yol buz pateni
- Dağ bisikleti, dirtbike veya downhill
- Tırmanma
- Kar yürüyüşü, Yelkenli, Qigong, macera seyahatleri.
- İkinci el pazarı ve daha fazlası.

ÜYELİK AVANTAJLARI

- İpuçları, testler ve ilham kaynağı olan üye dergisi Friluftsliv
- İsveç'in büyük dağlık yerleşkelerinde indirim
- Seyahat ve macera indirimleri
- Üye mağazasında açık hava araçları
- Tüm faaliyetlerde kaza sigortası
- Liderler tarafından yürütülen binlerce aktivite



“I Ur and Skur” Friluftsrämjandet'in ailesini ve okullar için sunduğu bir faaliyettir, çocuklar eğlenirken, doğayı keşfeder ve öğrenir.

info@iurochskur.se
www.iurochskur.se

İletişim:

Friluftsrämjandet Region Mälardalen

Box 9023, 126 09 Hägersten

Phone: 08-556 307 40

E-mail: regionmalardalen@friluftsrämjandet.se

İnternet: friluftsrämjandet.se/regionmalardalen

FRILUFTS
FRÄMJANDET

