

## En hälsning från fritidschefen

Härliga vårvinterdagar väntar oss framöver! Besök någon av våra vinteranläggningar och kom ut i snön, på skidor, på skridskor eller promenades. Vi syns i solen!

Hälsningar *Helén Wiklund-Wårell*

## Motionsloppet

### Nederluleåstafetten

Lördagen den 13 mars genomförs Nederluleåstafetten. Denna skidstafett består av sex sträckor för mixade lag. Minimåldern är 13 år och den sammanlagda distansen 35 km. Detta motionsarrangemang välkomnar alla som står på skidor.

Platsen är Antnäs Skidstadion. På [www.antnasbk.se](http://www.antnasbk.se) finns all information och även anmälningsblankett. Ibland kan det vara svårt att få ihop fullt lag. Därför erbjuder arrangörerna en skidpool som ordnar kontakt mellan hugade åkare. Kontakta [persson.sven@telia.com](mailto:persson.sven@telia.com)



## Earth Hour 27 mars

Lördagen den 27 mars kl 20.30 - 21.30 genomförs världens största klimatmanifestation. Genom en enkel handling – att släcka ljuset under en

timme – visar du ditt stöd för klimatet och uppmanar samtidigt världens makthavare att agera i klimatfrågan. Några som deltar är fritidsgårdarna i Luleå där man kommer att släcka alla belysning mm kl 20.30 - 21.30 den 27 mars och istället ha en mysig kväll i stearinljussken. Under veckan kommer man ha olika aktiviteter på temat miljö och global uppvärmning mm. Läs mer om Earth Hour på [www.wwf.se](http://www.wwf.se)



## Ny besöksportal för Visit Luleå

I början av februari lanserades den nya officiella besöksportalen för Luleå. På adressen [www.visitlulea.se](http://www.visitlulea.se) kan både lulebor och turister som besöker stan hitta massor av tips på spännande aktiviteter, unika sevärdheter, trevliga boenden, restauranger och evenemang mm för alla smaker.

## Folkhälsovecka 19 - 25 april

Goda matvanor och fysisk aktivitet är en förutsättning för en god hälsa och betydelsefullt för vårt välbefinnande. Svenska Folkhälsainstitutet har fått regeringens uppdrag att samordna en uppmärksamhetsvecka kring matvanor och fysisk aktivitet. I Luleå kommer en mängd olika aktiviteter genomföras under veckan som är den 19 - 25 april. Bland annat kommer det vara halva priset på bad på alla Luleås badhus. Detaljerad information om aktiviteter mm kommer senare på [www.lulea.se](http://www.lulea.se)

## Fiskepremiär vid Stora Stenträsket den 27 februari

Lördagen den 27 februari kl 08.00 är det fiskepremiär vid den populära fiskesjön Stora Stenträsket. Stugor och husvagnsplatser står rustade och klara inför säsongstarten och den vackra snötäckta sjön i den nordvästra delen av vår kommun ligger fridfullt och väntar på alla fiskeentusiaster.

Från och med den 1 april i år ska all bokning av stugorna och några husvagnsplatser ske via nätet. Du hittar onlinebokningen på [www.visitlulea.se](http://www.visitlulea.se) från och med den 1 april 2010, klicka på "Stugor online".

Vill du läsa mer om Stora Stenträsket kan du göra det på [www.lulea.se/storastentrasket](http://www.lulea.se/storastentrasket)

## Köp fiskekort till Stora Stenträsket och Hertsöträsket online

Från och med den 1 april går det att köpa fiskekort via [www.visitlulea.se](http://www.visitlulea.se). Du hittar också en länk till onlineköp av fiskekort på Stora Stenträskets egen sida [www.lulea.se/storastentrasket](http://www.lulea.se/storastentrasket)

## Boka skärgårdsstugor från och med 8 mars!

De kommunala stugorna i skärgården, på Kluntarna, Junkön, Småskär och Brändöskär går att boka inför sommaren från och med den 8 mars kl 10.00. Nytt för i år är att standarden på de två stugorna på Junkön har höjts avsevärt. Numera finns det el i stugorna samt ett litet badrum med toalett och dusch.

# Bra Fritid

Information från Luleå kommuns Fritidsförvaltning

Vi gör bra fritid ännu bättre!

## Isbanan runt Luleå

Massor av aktiviteter hela vårvintern

## Buss till Måttsund

20 kr enkel resa på buss till Måttsundsbacken under sportlovet

## Boka skärgårdsstugor inför sommaren

Bokningen släpps den 8 mars kl 10.00

# Sugen på snö på sportlovet?

Eller nåt helt annat? Här hittar du tipsen som gör lovet lyckat!

# Nr 1 - 2010



LULEÅ KOMMUN  
Fritidsförvaltningen

[www.lulea.se/fritid](http://www.lulea.se/fritid)

Tidningen "Bra Fritid" delas ut till samtliga hushåll i Luleå kommun. **Adress:** Luleå kommun, Fritidsförvaltningen, 971 85 Luleå. **E-post:** [fritid@lulea.se](mailto:fritid@lulea.se) **Ansvarig utgivare:** Helén Wiklund-Wårell. **Layout och produktion:** Fritidsförvaltningen, Lena Nilsson. **Foto:** Fredrik Broman, Per Pettersson och WWF. **Tryck:** Luleå Grafiska AB **Nästa nummer:** Juni 2010.

Vad känner du för att hitta på på sportlovet? Utomhus eller inomhus? Skridskor eller skidor? Basket eller fotboll? Måla tavlor eller se på film? Åka till Pullinki eller till Måttsundsbacken? Här hittar du massor av roliga tips på aktiviteter som pågår under sportlovet vecka 9!

# Sportlovs-aktiviteter!

## >> BADA OCH SIMMA

På Pontusbadet, Hertsö badhus och Gammelstads badhus badar du från 09.00 måndag - fredag. På Råneå Badhus badar du måndag - torsdag från 09.00 och fredag från 11.00. Sportlovspris för ungdom tom 18 år: 10 kr/bad.

## >> BASKET I PONTUSHALLEN

Luleå Basket Centrum arrangerar tillsammans med Lulebo sportlovsbasket i Pontus A- och B-hall den 1 - 5 mars. I år är det pojkar och flickor födda 94-98 som deltar. Ta med dig en boll om du har och kom till hallen, du behöver inte ha spelat basket förut.

## >> FISKA

Det är fiskepremiär vid Stora Stenträsket lördagen den 27 februari. Tel stuguthyrning och info 0924-730 12. Fiskekort 100:-/dygn. Hertsöträsket är öppet hela året. Fiskekort 50:-/dygn.

## >> FILMKLUBB BIBBLAN

Filmer visas för sportlovslediga barn i Reginerummet i biblioteket på Kulturens Hus. Gratis biljetter hämtas i Kulturens Hus reception från och med den 22 februari.

## >> FOTBOLL I ARCUSHALLEN

Under sportlovsveckan 1 - 5 mars har Bergnäsets AIK fotbollsträningar på Arcus för fotbollsintresserade ungdomar åk4 - åk9! Träningarna kommer att vara måndag, onsdag, torsdag och fredag kl 10.00 - 12.30, tisdag kl 11.00 - 13.30. Det kostar 300 kr för hela veckan, du kan betala på plats. Anmäl dig till BAIK på epostadressen annika@baik.nu eller 0920-178 50.

## >> FRITIDSGÅRDAR OCH MÖTESPLATSER

Luleås alla fritidsgårdar och mötesplatser arrangerar en hel massa spännande aktiviteter under sportlovet. Bland annat skidresa till Pullinki, badresa till Nordpoolen, filmkväll, LAN och mycket mer.

## >> HÄGNAN FRILUFTSMUSEUM

På Hägnan Friluftsmuseum kan du hitta på en massa roliga saker under sportlovet. Åk Hägnans förtrollade skidspår, baka bröd i Peri-Hanschagården, pyssla med sagofen, armborsttävling, korvgrillning, åka hundspann. Kafé Fägnan och Lanthandeln är öppen.

## >> LÄNGDSKIDÅKNING

På Ormberget finns det ett omfattande spårssystem för längdskidåkning, elljusspårarna är från 1,5 km till 10 km. Det finns även skidspår på Bergnäset, Kallkällan, Mattisberget, Måttsund, Niemisel, Rutvik, Råneå, Smedsbyn, Sunderbyn, Vitå.

## >> MÅLERI I STORFORMAT

Den 1 - 7 mars kl. 13.00 - 15.00 varje dag är det öppen bildverkstad i

konsthallens ateljé på Kulturens Hus. Under ledning av konstpedagog kan barn och ungdomar i alla åldrar "droppa in" och måla. Avgift: 50 kr.

## >> NORRBOTTENS MUSEUM

2 - 5 mars kl 11.00 - 15.00 är det sportlovs-skul på museet.

## >> SKATEBOARD

I skateboardlokalen på Storheden kommer det vara öppet under sportlovet.

## >> SKRIDSKOR/HOCKEY

Allmänhetens åkning i Coop Arena  
B-hallen tisdag 14.30 - 16.00 (utan puck och klubba)  
C-hallen tisdag 14.30 - 16.00 (utan puck och klubba)  
C-hallen torsdag 14.30 - 16.00 (med puck och klubba)  
D-hallen torsdag 11.00 - 12.45 (utan puck och klubba)  
D-hallen tisdag 11.00 - 15.00 (med eller utan puck och klubba)  
D-hallen onsdag 11.00 - 15.00 (utan puck och klubba)  
D-hallen torsdag 11.00 - 15.00 ((med eller utan puck och klubba)

## Allmänhetens åkning i Sunderbyns ishall

Måndag 14.00 - 15.00 (utan puck och klubba)  
Måndag 15.00 - 15.50 (med puck och klubba)  
Onsdag 14.00 - 15.00 (utan puck och klubba)  
Onsdag 15.00 - 15.50 (med puck och klubba)  
Lördag 13.00 - 13.50 (med puck och klubba)

## Hockeyrinkar och isytor

Alla hockeyrinkar och isytor i bostadsområdena är plogade och nyspolade varje dag.

## Isbanan

Isbanan från Norra Hamn till Södra Hamn och Gråsjälören är klar för åkning varje dag från kl 10.00.

## >> SLALOM/SNOWBOARD

Måttsundsbacken - Måndag - torsdag 10.00 - 16.00, 18.00-21.00.  
Fredag - söndag 10.00 - 16.00.

## Sportlovsbuss för alla åldrar till Måttsundsbacken

Under sportlovet kommer det att gå bussar till Måttsundsbacken, en från Råneå, en från Sunderbyn via Gammelstad, Rutvik och stan och en från Hertsön via Skurholmen och stan. Bussarna avgår allihop kl 10.00 och åker tillbaka från Måttsundsbacken kl 16.00. Har man åkt till backen med någon av bussarna får man rabatterat pris på liftkortet mot uppvisande av bussbiljett. Då kostar ett heldagskort för barn- och ungdomar 50 kr och för vuxna 70 kr.

## Ormbergsbacken - Måndag - söndag 10.00 - 16.00.

Rånekölen - Slalombacke strax utanför Råneå, för info ring Fri-luftsfrämjandet i Råneå tel 0924 - 555 00.

## >> TEKNIKENS HUS

Sportlovs-skul i Teknikens Hus 27 februari - 14 mars. Öppet alla dagar kl 10.00 - 16.00.



För detaljerad information om aktiviteter och tider mm besök [www.lulea.se/fritid](http://www.lulea.se/fritid)



## Snöbollskrig och is-teater - allt händer längs ISBANAN i vinter!

Isdykning, SM i snöbollskrig, Bothnialoppet, teaterföreläsning, konståkningsuppvisning, hockeyturnering och mycket mer! Massor av spännande aktiviteter händer längs isbanan i vår vinter!

20-21 februari arrangeras Snöbollskrigs-SM (Yukigassen) på isen i Norra Hamn. Det är Studentidrotten i Luleå som är arrangörer och vinnaren i tävlingen får åka till VM i Japan.

Yukigassen är en japansk lagsport i gammalt hederligt snöbollskrig. I Yukigassen tävlar två lag mot varandra. En Yukigassen-bana är 10 meter bred och 40 meter lång och består av sju olika snövallar. Varje lag har en flagga på sin planhalva. Lagets uppgift är att försvara sin egen flagga och erövra motståndarlagets. Blir du träffad av en snöboll, ja då är det bara att lämna spelplanen. Yukigassen är en perfekt publiksport. Massor av spännande moment och roliga händelser. Under dagarna i Norra Hamn kommer det förutom matcherna att vara korvförsäljning, ljud- och ljusshow, teater mm. OBS! Om isen i Norra Hamn inte är tillräckligt bra kommer Snöbollskrigs-SM istället hållas på Södra Hamnplan.

27 - 28 februari samt 6 - 7 mars ger Lule Stas-teater föreläsningen Snödrottningen på Gråsjälören i Stadsfjärden. Snödrottningen är en saga av H C Andersen och scenografin består av snö och is och det finns publikplatser för c:a 200 personer. Ljus, masker, eld mm används för att skapa suggestiva miljöer och kostymer. Dans och performance är invävda i spelet. Biljetter köpes på turistbyrån i Kulturens Hus.

## Bada bastu och isvak!

I Norra Hamn kan du under hela säsongen isbanan är öppen på lördagar och söndagar mellan kl 11.00 och 17.00 bada vedeldad bastu och isvak. Det är drop

in-bastu och det kostar 200 kr per person och det ingår en nygrillad hamburgare i priset. Vill du bada bastu annan tid kan du höra av dig till Bengans Bastuflotte på tel 070-347 07 72 och boka.

## Konståkning, hockeyturnering och Bothnialoppet

Luleå Allmänna Konståkningsförening har uppvisning i Norra Hamn den 6 mars och Luleå-Boden Konståkningsklubb den 20 mars. Luleå Hockey arrangerar kommunserien i hockey i Norra Hamn den 7 mars. Samma dag går Bothnialoppets Luleådel av stapeln. I år har arrangörerna av loppet delat upp tävlingen i två deltävlingar, i Luleå den 7 mars och i Piteå den 14 mars. Detta för att undvika de stora problem som det varit att genomföra loppet längs kusten mellan de två städerna.



## Korvförsäljning och isdykning

Under februari och mars kommer det förutom arrangemangen ovan också framförallt under helgerna vara full aktivitet längs isbanan och i isbodarna. Föreningar och företag informerar och visar upp sin verksamhet och har korv- och fikaförsäljning mm.

För detaljerad information om aktiviteterna längs isbanan besök [www.lulea.se/fritid](http://www.lulea.se/fritid)

Vill din förening eller företag hyra en isbod under en vardag? (Helgerna är redan fullbokade). Kontakta Föreningservice tel 45 44 00.

## Vid fel på våra anläggningar

När du upptäcker fel på våra fritidsanläggningar, t. ex sporthallar och andra motionsanläggningar vill vi på Fritidsförvaltningen att du anmäler detta till oss. Då ringer du till Föreningservice på telefon 0920-45 44 00. Du kan också e-posta: foreningservice@lulea.se Tack för hjälpen!