

Halloween Jam 2026!!

Här hittar du all information om vårt årliga Halloween Jamet som vi i FRS Kungsbacka anordnar under höstlovet. Om du har några frågor är du alltid välkommen att höra av dig till oss!

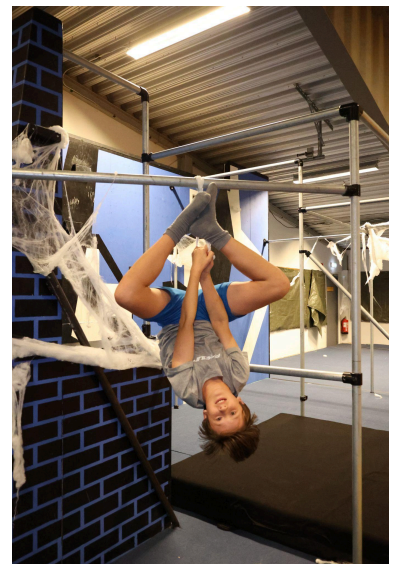


Plats/Datum/Ålder

Jamet hålls **26–28 oktober kl. 14:00–21:00** alla dagar i vår parkourhall på Energigatan 23, Kungsbacka för alla 8+. Vi kör även vårt **Kids Mini Jam** den **26 oktober** mellan **10:00 - 13:00** för **5-7 åringar ;)**

Jam?

Ett Jam inom parkour är ett tillfälle där alla samlas för att träna tillsammans, peppa varandra och nå nya mål. Under jamet kan det ske olika aktiviteter som tävlingar, uppvisningar och fri träning, alltid med möjlighet att få stöd och inspiration från utbildade ledare. Eftersom återhämtning är viktigt brukar vi även ta gemensamma pauser för att vila och äta. Kort sagt är ett Jam en rolig och givande upplevelse för alla som gillar parkour!



Kids Mini Jam?

Kids Mini Jam är för yngre aktiva! Här kör vi liknande saker som vi kör i ett vanligt Jam men det är anpassat mer efter åldrarna 5-7 år.

Halloween-tema

Jamet körs i **Halloween stil** med dekorationer och stämning!! Kom utklädd! Tänk på att din förklädnad ska funka för rörelse eller gå att ta av under träningen. Vi ser fram emot att se era kreativa kostymer!

Viktigt att veta

Som aktiv behöver man inte stanna 7 timmar om man inte vill men i så fall talar man om det till ledarna. Om man kommer senare skickar man iväg ett mail. Ledarna tar upp vad som gäller vid start. Samma gäller under Kids Mini Jam.



Tag med

Under jamet behöver du ta med dig inneskor, träningskläder och gärna en vattenflaska. Eftersom jamet har halloween tema är det också roligt om du kommer utklädd! Om du planerar att stanna hela dagen kan det vara bra att ta med något att äta. Det finns mikro i hallen för den som vill värma mat, och i köket finns matredskap att låna. Finns även Billys och snabbnudlar att köpa!

Pris

En dag (7 timmar) kostar 300 kr. Två dagar kostar 600 kr. Vill den aktiva delta alla tre dagar bjuder vi på den tredje dagen, gratis! Maila oss för att få den tredje dagen kostnadsfritt!!

Kids Mini Jam är en dag på 3 timmar och kommer att ligga som en separat anmälan och kostar **200 kr**. **OBS!! Det kommer finnas en separat anmälan för varje dag!!**

Alla dagarna kommer att innehålla olika tävlingar och aktiviteter! Under jamet kommer det också att bjudas på lite smått och gott och delas ut priser för olika tävlingar! Exakta tider och dagar hittar du i anmälan nedan.

Varje år under vårt Halloween Jam visar vi en helt egen Halloween film som våra ledare har spelat in och redigerat. Även i år har vi skapat en ny film som kommer att visas på kvällarna under jamet (dock inte under Kids Mini Jam). Videon kommer att gå att se på YouTube dagarna efter jamet!

<https://youtu.be/dh3oSYLm2I8?si=GNMQQjQLM3UK25Xb>



Anmälan

Gå in på FRS hemsida www.frskungsbacka.se och tryck på TRÄNINGSANMÄLAN under fliken "VÅRA GRUPPER".

OBS!

Det kommer att finnas fyra separata anmälningar. En för respektive dag, så välj rätt!! Om du inte är medlem ännu tillkommer en medlemsavgift på 200 kr automatiskt.

Frågor

Om det finns några frågor och funderingar kontakta gärna oss via mail eller genom någon av våra sociala medier!

Kontakt: frskungsbacka@gmail.com



frskungsbacka



Aspera



FRS Kungsbacka