

## Idrettsklubber i Agder som har medlemmer med funksjonsnedsettelse eller som er åpen for å gi et integrert tilbud

**Målgrupper:** Bevegelseshemmede (**Bev.h**) Utviklingshemmede (**Uh**) Døve/hørselshemmede (**D**) Blinde/synshemmede (**B**)

**Alle** = alle målgrupper.

Inkl i ordinær aktivitet betyr at man inkluderes som enkeltperson i vanlige treningsgrupper/parti evt med noen tilpasninger

Lag/ sted	Type aktivitet	Målgruppe	Kontaktperson(er)	Tlf a/m	E-post
<b>Lagidretter for utviklingshemmede (Uh)</b>					
<b>FOTBALL</b>					
		<b>Info i fotballforbundet <a href="#">her</a></b> Flere inkluderes i aldersbestemte lag. Ta kontakt med nærmeste håndballklubb/-gruppe			
<b>Donn FK</b> Kongsgårdbanen Tirs 16:30-17:30 Inne: Samfunnets skole Tirs 18-19:00	Stjerneserien	Ungdom/voksne	Stian Ingebrighthen	48 19 93 89	<a href="mailto:Drangeis1995@gmail.com">Drangeis1995@gmail.com</a>
<b>Farsund IL</b>	Stjerneserien	Ungdom/voksne	Linda Andreassen	90 15 13 88 99 41 91 39	<a href="mailto:via@farsundil.no">via@farsundil.no</a> <a href="mailto:f-lian@farsund.kommune.no">f-lian@farsund.kommune.no</a>
<b>Kvinesdal Fotball</b>	Gøy med fotball	Ungdom/voksne	Jan Rob	971 400 20	<a href="mailto:Jan.rob@vabb.no">Jan.rob@vabb.no</a>
<b>Risør Fotballklubb</b> Stadion vår/sommer I hallen vinter Mand 18-19:30	Gøy med fotball	Barn/ungdom	Christian Axelsen	40413847	<a href="mailto:Christian.axelsen@bosvik.no">Christian.axelsen@bosvik.no</a>
<b>Øyestad IF</b> (Arendal) Granehallen vinteren Nedenes sommeren Onsd 18-19:00	Stjerneserien	17/ 18 år og oppover	Harry Jørgensen	924 25 687	<a href="mailto:haajoer@online.no">haajoer@online.no</a>
<b>Imås IL</b> (Grimstad) Landvik (april-okt) Tirsd.17-18:00	Stjerneserien	Ungdom/voksne	Marianne Tønnessen	975 02 552	<a href="mailto:Mar.tonnessen@outlook.com">Mar.tonnessen@outlook.com</a>
<b>Vigør FK: en gruppe spillere</b> <i>treffes av og til på Idda/Krossen</i>	<i>Gøy med fotball</i>	<i>Ungdom fra 12/13</i> <i>år og oppover</i>	Kontaktperson: Hege Bjarke	950 98 641	Har du lyst til å bli med, gå inn å bli medlem på facebookside <b>FN-Fotball-</b> så får du direkte beskjed når man møtes!
<b>HÅNDBALL</b>					
		<b>Info i håndballforbundet <a href="#">her</a></b> Flere inkluderes i aldersbestemte lag. Ta kontakt med nærmeste fotballklubb/-gruppe			
<b>Gimletroll IK</b> Odderneshallen Onsd.18-19:00	Kretsserien	Ungdom/voksne	Leif Emanuelsen	468 88 369	<a href="mailto:Leif.emanuelsen@kristiansand.kommune.no">Leif.emanuelsen@kristiansand.kommune.no</a>
<b>IK Våg</b> Karushallen Onsd. 18-19:00	Kretsserien	Ungdom/voksne	Kjell Hugo Eliassen Sportslig leder	902 98 130 919 97 091	<a href="mailto:khe@eaudit.no">khe@eaudit.no</a> <a href="mailto:odhjl@vaf.no">odhjl@vaf.no</a>
<b>Randesund IL</b> Sukkevannshallen, Mand. 17-18:00	Gøy med håndball	Barn/ungdom f.o.m 6 år og eldre	Randi Anette Egebakken	994 46 969	<a href="mailto:Randi.annette@hotmail.no">Randi.annette@hotmail.no</a>
<b>Greipstad IL</b> Nodelandshallen Torsd. 18-19:00	Kretsserien	1 gr, for barn 1 gr for 17 år +	Berit Hagen Ivar Asheim	975 33 901 908 64 302	<a href="mailto:berithagen@hotmail.com">berithagen@hotmail.com</a> <a href="mailto:ivar@hsh-as.no">ivar@hsh-as.no</a>
<b>Mandal &amp; Halse Håndball</b> (MHI) Mandalshallen 2 Onsd 19-20:00	Kretsserien	11 år og oppover	Sissel Eskildsen	957 53 569	<a href="mailto:Sissel.eskildsen@gmail.com">Sissel.eskildsen@gmail.com</a>

## Idrettsklubber i Agder som har medlemmer med funksjonsnedsettelse eller som er åpen for å gi et integrert tilbud

<b>Håndball fort.</b>	<b>Type aktivitet</b>	<b>Målgruppe</b>	<b>Kontaktperson(er)</b>	<b>Tlf a/m</b>	<b>E-post</b>
<b>Vindbjart IL</b> Venneslahallen Onsd.16:30-17:30	Kretsserien	Ungdom/voksne	Jan Magne Skårdal	419 33 398	<a href="mailto:jmg-ska@online.no">jmg-ska@online.no</a> <a href="mailto:post@vindbjarthandball.no">post@vindbjarthandball.no</a>
<b>Imås IL (Grimstad)</b> Naturmurhallen Tirs 19-20:00	Kretsserien	Ungdom/Voksne	Audhild Ellefsen	418 42 110	<a href="mailto:Audhild.ellefsen@grimstad.kommune.no">Audhild.ellefsen@grimstad.kommune.no</a>
<b>IK Grane (Arendal)</b> Stintahallen Tors 17:30-18:30	Kretsserien	Ungdom over 15 år	Harry Jørgensen	924 25 687	<a href="mailto:haajoer@online.no">haajoer@online.no</a>
<b>Tvedestrand Turn &amp; IF</b> Lyngmyrhallen Tors. 18-19:00	Gøy med håndball	Barn/ungdom	Karen Sofie Paulsen	911 63 808	<a href="mailto:Fie.paulsen@hotmail.com">Fie.paulsen@hotmail.com</a>
<b>Andre gruppetilbud/lagidretter til Uh</b>					
<b>ALLIDRETT</b>					
<b>Flik Idrettsklubb</b> (Tidligere Lista/Farsund IL)	«Venner i aktivitet» Mange ulike akty.	Åpent	Ida Elle	905 78 073	<a href="mailto:idaelle@yahoo.no">idaelle@yahoo.no</a>
<b>Imås IL (Grimstad)</b> Naturmurhallen Onsd 18:30-20:00	Allaktivitet	Fra 5 år og til godt voksne	Audhild Ellefsen	418 42 110	<a href="mailto:Audhild.ellefsen@grimstad.kommune.no">Audhild.ellefsen@grimstad.kommune.no</a>
<b>IK Grane (Arendal)</b>	Allsport	Ungdom/unge voksne	Dag Wroldsen	922 66 523	<a href="mailto:dwrol@online.no">dwrol@online.no</a>
<b>FRIIDRETT</b>					
<b>IK Grane Friidrett</b> Stintahallen tors.18:30. Ute 19-19:30	Allsidig friidrettsøvelser	Barn og ungdom f.o.m 10 år	Synnøve Fossestøl evt leder Bjarne tufte	922 05 862 909 33 565	<a href="mailto:synnovefossestol@hotmail.com">synnovefossestol@hotmail.com</a> <a href="mailto:bjarne.tufte@sirakvina.no">bjarne.tufte@sirakvina.no</a>
<b>ENKEL JYMPA – bevegelsesglede etter musikk</b>					
<b>Mer info <a href="#">her</a></b>					
<b>Kr. sand Friskis &amp; Svettis</b> Vågsbygd samfunnshus	Mand 18-19:00	fra 13 år	Elise Hovden Kirsti Fidje Nilssen	94804294 95895710	<a href="mailto:elisehovden@gmail.com">elisehovden@gmail.com</a> fskristiansand@gmail.com
<b>Grimstad Friskis &amp; Svettis</b> Holvikahallen	Onsd. 18-19:00	fra 13 år	Siv Somdal	416 80 242	<a href="mailto:Siv.somdal@grimstad.kommune.no">Siv.somdal@grimstad.kommune.no</a>
<b>Arendal Friskis &amp; Svettis</b> Birkenlundhallen	Tirsd. 18-19:00	fra 13 år	Marit Woie	988 70 265	<a href="mailto:marwoie@online.no">marwoie@online.no</a>
<b>INNEBANDY (stående)</b>					
<b>Om «Superinnebandy» <a href="#">her</a></b>					
<b>Kr. sand Innebandyklubb</b> Idda Arena	Tirsd 19-20:00	Ungdom/unge voksne	Andrè Kopperud	907 51 296	<a href="mailto:Andre.kopperud@nbfutvikling.no">Andre.kopperud@nbfutvikling.no</a>
<b>ISHOCKEY</b>					
<b>Les om «Superlaget» i Stavanger Oilers <a href="#">her</a></b>					
«Ishockey for alle» i regi Kr.sand Ishockeyklubb ligger litt på «is». Hvis interesse; ta gjerne kontakt med Anne Lene Hansen <a href="mailto:annelenekristinh@gmail.com">annelenekristinh@gmail.com</a> M: 98877233					

## Idrettsklubber i Agder som har medlemmer med funksjonsnedsettelse eller som er åpen for å gi et integrert tilbud

<b>ALLIDRETT/BARNEIDRETT for alle</b>		Flere idrettslag har Allidrettstilbud til barn i ulike aldrestrinn 3-12 år. Dette skal være lavterskeltilbud. Sjekk med <u>ditt nærmeste idrettslag</u> hva de har for tilbud.			
<b>Flik IL</b> (Lista/Farsund IL)	Allidrett	Alle	Anette Torkildsen Køn	916 88 624	<a href="mailto:lederbarneidrett@flik.club">lederbarneidrett@flik.club</a>
<b>Randesund IL</b> Onsd. På klubbhuset	Barneidrett 6-8 år Knøttetrim 4-6 år	Alle	Erik Langaard		<a href="mailto:eririk@randesundil.no">eririk@randesundil.no</a>
<b>Just IL</b>	Barneidrett	For alle barn	Elke Udelhoven	978 70 654	<a href="mailto:lederbarneidrett@justil.no">lederbarneidrett@justil.no</a>
<b>TILBUD I SPESIFIKKE IDRETTER</b>					
<b>BORDTENNIS</b>		Om bordtennis for funksjonshemmede <a href="#">her</a>			
<b>Randesund IL</b> Sukkevannshallen	Bordtennis	Bevh.h/D	Martin Pearson	950 21 226	<a href="mailto:mpmusicmartin@gmail.com">mpmusicmartin@gmail.com</a>
<b>Imås IL</b> Landvik, Grimstad	Bordtennis	Bev.h/Uh	Thomas Ravnå	941 10 281	<a href="mailto:Thomas.rana@gmail.com">Thomas.rana@gmail.com</a>
<b>BOWLING</b>		Les om «Bowlinglekene» mm <a href="#">her</a>			
<b>Sørlands-Strike Bowling klubb</b> Hannevika Bowlinghall	Bowling	D/Uh Inkl i ordinær aktv	Linda Storefjord Olafsson	906 53 303	<a href="mailto:linda.s.olafsson@gmail.com">linda.s.olafsson@gmail.com</a>
<b>DYKKING</b>		Om ulike dykkeaktiviteter <a href="#">her</a>			
<b>K.sand Dykkerklubb</b>	Dykking mm	Alle over 12 år	Bjørn Andersen	915 46 570 480 77 539	<a href="mailto:kdk@vabb.no">kdk@vabb.no</a>
<b>Skagerrak Dykkerklubb</b>	Dykking mm	Alle over 12 år	Terje Hafsø	909 34 013	<a href="mailto:skagerrakdykk@gmail.com">skagerrakdykk@gmail.com</a> <a href="mailto:thafso@gmail.com">thafso@gmail.com</a>
<b>FRIIDRETT</b>		Om Parafriidrett i Norges Friidrettsforbundet <a href="#">her</a>			
<b>Kr.sand IF Friidrett</b>	Ulike øvelser	Alle	Inger Brit Steinsland	905 07 725	<a href="mailto:lb.steinsland@gmail.com">lb.steinsland@gmail.com</a>
<b>IK Grane Friidrett</b> Tors.18:30 Stintahallen	Enkle friidrettsøvelser	Uh 10 år og oppover	Bjarne Tufte	909 33 565	<a href="mailto:leder@granefriidrett.no">leder@granefriidrett.no</a>
<b>GOLF</b>		Golf er en idrett/aktivitet som de fleste kan drive med. Om paragolf <a href="#">her</a> . «Grønn glede klubber» <a href="#">her</a>			
<b>Arendal &amp; Omegn Golfklubb</b> Nesverk, Tvedestrand	«Grønn glede klubb»	Alle	Asbjørn Sauesund	930 29 228	<a href="mailto:asbjorn@arendalgk.no">asbjorn@arendalgk.no</a>
<b>Bjaavann Golfklubb</b> Kr.sand	«Grønn glede klubb»	Alle	Per-Anders Havnes	488 65 884	<a href="mailto:pahavens@gmail.com">pahavens@gmail.com</a>

## Idrettsklubber i Agder som har medlemmer med funksjonsnedsettelse eller som er åpen for å gi et integrert tilbud

GYM OG TURN		Anbefalt aktivitet ift motorisk utvikling hos barn. Info i Gym og Turnforbundet <a href="#">her</a>			
<b>Arendals Turnforening</b> Sør Amfi Fred. 17-18:00	Eget «Grenesløsparti»	Barn/ungdom med ulike utfordringer	Trener: Kristina Nordaune	959 69 559	<a href="mailto:kristinaisabelnordaune@gmail.com">kristinaisabelnordaune@gmail.com</a>
<b>Grimstad Turn &amp; IF</b> Egen turnhall, Holvika	Turnlek/-aktiviteter	For alle barn	Anne Kjersti Wiig	458 79 594	<a href="mailto:dl@gtif.net">dl@gtif.net</a>
<b>Farsund Turnforening</b>	Turnlek/-aktiviteter	For alle barn	Per Viggo Bratli	906 55 796	<a href="mailto:Farsund.turnforening@gmail.com">Farsund.turnforening@gmail.com</a>
<b>Kr.sands Turnforening</b> Gimle	Turnlek mm.	For alle barn	Elke Udelhoven	482 08 901	<a href="mailto:post@ktfturn.no">post@ktfturn.no</a>
<b>Søgne Turnforening</b> Nygårdshallen	Breddeaktivitet	Barn/ungdom	Heidi Ingebrigtsen	474 57 009	<a href="mailto:leder@sogeturn.no">leder@sogeturn.no</a>
KAMPSPORT		Om Judo <a href="#">her</a> og ulike grener i Kampsortforbundet <a href="#">her</a>			
<b>Arendal JiuJutsi klubb</b> Lokaler i Ormeviga Tirs. 19-21:30	Inkluderes i ungdomsparti	Alle målgrupper. fra 13 år og eldre	Alf Kristian Eilertsen	911 20 003	<a href="mailto:alf@ajjk.no">alf@ajjk.no</a>
<b>Kr.sand Judo</b>	Judo	Barn og ungdom	Rennie Perez Eulicer	415 50 166	<a href="mailto:kristiansandjudo@gmail.com">kristiansandjudo@gmail.com</a>
<b>Kr.sand Ju Jitsuklubb</b> Idda i egen kampsportshall	Har begynnerkurs for b&u	Alle	Kjartan Gifford	928 63 210	<a href="mailto:kjartan@krgvakthold.no">kjartan@krgvakthold.no</a> <a href="mailto:post@kjjk.no">post@kjjk.no</a>
<b>Kr.sand Karate Club</b> Idda	Karate	Alle	Ola Uleberg	402 10 800	<a href="mailto:ola@uleberg.com">ola@uleberg.com</a>
<b>Lista Karateklubb</b>	Karate	Alle	Jan Helge Samuelsen	909 85 452	<a href="mailto:Jan-helge.samuelsen@hotmail.com">Jan-helge.samuelsen@hotmail.com</a>
<b>Lyngdal Karate Club</b>	Karate	kontakt leder		977 36 765	<a href="mailto:stenjarlep@gmail.com">stenjarlep@gmail.com</a>
KLATRING		Om paraklatring Norges Klatreforbundet <a href="#">her</a>			
<b>Grimstad og Arendal Klatreklubb</b> Birkenlundhallen (Arendal) Friidrettshallen (Grimstad)	Klatring & Buldring	Ta kontakt med leder	Tore H Næss	400 43 237	<a href="mailto:Tore.h.nas@gmail.com">Tore.h.nas@gmail.com</a>
<b>Risør Klatreklubb</b>	Klatring for alle!	Alle	Kjetil Haukvik	901 09 996	<a href="mailto:kjetilhaukvik@gmail.com">kjetilhaukvik@gmail.com</a> <a href="mailto:risorklatreklubb@gmail.com">risorklatreklubb@gmail.com</a>
<b>Lyngdal ILs Klatrelag</b> Fibo-Trespohallen tirs/torsd	For hele Listerregionen	Ta kontakt med leder	Sunniva Eiken	959 49 899	<a href="mailto:lyngdaklatrelag@gmail.com">lyngdaklatrelag@gmail.com</a> <a href="http://lyngdaklatrelag.blogspot.com/">http://lyngdaklatrelag.blogspot.com/</a>
ORIENTERING		Om ulike aktiviteter for funksjonshemmede i O-forbundet: <a href="#">her</a> Film på You Tube <a href="#">her</a>			
<b>Kontakt nærmeste o-klubb/gruppe</b>	Pre-O, Stolpejakt, Tur-O mm	For Alle!			

## Idrettsklubber i Agder som har medlemmer med funksjonsnedsettelse eller som er åpen for å gi et integrert tilbud

RIDNING		Ridning en sport for alle. Info fra Rytterforbundet <a href="#">her</a>			
Arendal og Grimstad Rideklubb	Dressur og sprang	Alle	Åse Mortensen	930 41 702	<a href="mailto:post@agrideklubb.no">post@agrideklubb.no</a>
Brekka Rideklubb A. Moland, Arendal	Dressur og sprang	Alle	Sri Marie Gundersen	932 29132	<a href="mailto:Brekka.rideklubb@gmail.com">Brekka.rideklubb@gmail.com</a>
Sørlandsparken Rideklubb Epona ridesenter	Dressur, sprang	Alle!	<a href="mailto:Kristine_johansen_silver@hotmail.com">Kristine_johansen_silver@hotmail.com</a>	980 37 231	<a href="mailto:silver@hotmail.com">silver@hotmail.com</a>
SKI - ALPINT/LANGRENN		Mer info <a href="#">her</a> . Aktivitetstopp for utviklingshemmede <a href="#">her</a> . Registrer aktiviteten din på nett! «Telenor Karusell» for alle barn opp til 12 år. Se <a href="#">her</a> . Sjekk med din nærmeste skiklubb/gruppe om de arrangerer de			
Arendal Slalomklubb Vegårshei skisenter	Alpint	Kontakt leder	Jørund Moseid	915 73 365	<a href="mailto:arendal.salomklubb@gmail.com">arendal.salomklubb@gmail.com</a>
Flekkerøy IL Har piggeløype sommer/vinter	Langrenn/pigging	Alle	Vidar Sulland	475 00 313	<a href="mailto:Vidarsulland@gmail.com">Vidarsulland@gmail.com</a>
Gjerstad IL	Langrenn	Alle	Tallak Gryting Åse Kr. Trydal	950 53 807	<a href="mailto:tallakolav@hotmail.com">tallakolav@hotmail.com</a> <a href="mailto:aase@trehyttene.no">aase@trehyttene.no</a>
Oddersjaa SSK	Langrenn-/pigging	Ta kontakt med	Per Rune Omfjor	415 41 598	<a href="mailto:langrenn@odersjaa.no">langrenn@odersjaa.no</a>
Tonstad idrettslag	Langrenn	Ta kontakt	Leder skigr: Nils Gauthun	901 57 011	<a href="mailto:nils.inge.gauthun@gmail.com">nils.inge.gauthun@gmail.com</a>
SKØYTER					
Kr.sand Kunstløpklubb	Skøyting	Ta kontakt	Leder: Tine Johnsen	997 73 991	<a href="mailto:Krsandkunstlop@gmail.com">Krsandkunstlop@gmail.com</a>
SNOWBOARD		Også en utmerket vinteraktivitet for alle målgrupper! Mer info <a href="#">her</a> Kontakt evt nærmeste skiklubb/skigruppe			
SVØMMING		Svømmeklubber skal kunne gi tilbud til alle, men viktig at man tar en prat i forkant ift passende parti. Mer info <a href="#">her</a> De fleste har svømmeskole for nybegynnere el for de som ikke kan svømme			
Arendal Svømme & Livredningsklubb	Svømming/-skole	Alle	Beate Boye (leder) Arve Evensen (trener/instr)	957 64 576 928 08 492	<a href="mailto:arendalsk@gmail.com">arendalsk@gmail.com</a>
Froland IL Svømmegruppe	Svømming/-skole	Alle	Aase Halstvedt Arve Evensen (trener)	414 78 880 928 08 492	<a href="mailto:aasehals@gmail.com">aasehals@gmail.com</a>
Lillesand IL Svømmegr.	Svømming/-skole	Alle	Lisbeth Børressen Marit Smeland (leder)	990 90 969 463 09 442	<a href="mailto:post.LIL.svom@gmail.com">post.LIL.svom@gmail.com</a> <a href="mailto:leder.svomming@lillesandil.no">leder.svomming@lillesandil.no</a>
Risør Varden Svømmeklubb	Svømming/-skole	Alle	Lars Fosshaugen	924 35 212 924 82 411	<a href="mailto:Risor.varden@gmail.com">Risor.varden@gmail.com</a> <a href="mailto:rolfgust@broadpark.no">rolfgust@broadpark.no</a>
Farsund Svømmeklubb	Svømming/-skole	Barn	Arne Tregde	488 97524	<a href="mailto:farsundsvommeskole@gmail.com">farsundsvommeskole@gmail.com</a> <a href="mailto:lederfsk@gmail.com">lederfsk@gmail.com</a>

## Idrettsklubber i Agder som har medlemmer med funksjonsnedsettelse eller som er åpen for å gi et integrert tilbud

<b>Mandal Svømmeklubb</b>	Svømming/-skole	Alle	Mette Mari Syvertsen Styreleder: Trond Bjerkan	940 87 268 905 08 516	<a href="mailto:opplaering@msk.no">opplaering@msk.no</a> <a href="mailto:leder@msk.no">leder@msk.no</a>
<b>Flekkefjord Svømmeklubb</b> Helsesportsgr fred 17-18:00	Svømming/-skole	For alle	Torbjørn Witsøe	908 70 718	<a href="mailto:Torbjorn.witzoe@fvn.no">Torbjorn.witzoe@fvn.no</a>
<b>Kr.sand Svømmeklubb</b>	Svømming/-skole	Barn	Lisbeth Børresen	990 90 969	<a href="mailto:lisbeth@klingsund.net">lisbeth@klingsund.net</a>
<b>Vågsbygd Svømme &amp; Livrednings klubb</b>	Svømming/-skole	Alle	Janne Thorstensen Caroline Thorstensen	909 26 214 476 34 234	<a href="mailto:svommekurs@ask.no">svommekurs@ask.no</a> <a href="mailto:caroline@vslk.no">caroline@vslk.no</a>
<b>Fleridrettslag med ulike tilbud</b>					
<b>Søgne IL</b>	Badminton, idr.skole Friidrett	Ta kontakt med leder!	Jon Besse Fjeld	412 27 209	<a href="mailto:jonbesse.fjeld@friidrett.no">jonbesse.fjeld@friidrett.no</a>

**Har du spørsmål om andre klubber som har aktuelle idretter i DIN kommune:** Ta kontakt med fagkonsulent paraidrett i Agder idrettskrets