



Kofsa är ett friluftsområde som ligger vid havet strax utanför Stilleryd. Det natursköna området inbjuder till härligt friluftsliv och många spännande äventyr, som fritidsgårdsverksamheten erbjuder.

FRILUFTSLIV

Kajak:

- Kajak – genomgång
- Hur tar man sig i och ur en kajak?
- Paddelteknik
- Kamraträddning

Kanot:

- Hur tar man sig i och ur en kanot?
- Paddelteknik
- Säkerhet

Matlagning:

- Laga mat på stormkök
- Laga mat på lägergryta
- Laga mat på wokpanna
- Göra upp eld för matlagning

Säkerhet i naturen:

- Göra upp eld
- Bygga vindskydd
- Transportera skadad person
- HLR
- Orientera sig i skog och natur
- Värme, vind och vattenkunskap

En dag på Kofsa:

- Skraddarsy ditt eget program utefter era behov och önskemål!

TEAMBUILDING

Det bygger på att gruppen skall känna trygghet och samhörighet. Arbetet syftar till att stärka både gruppen och den enskilda individen. I övningarna ingår att träna samarbete och att kunna lösa olika uppgifter tillsammans.

Ge och ta feedback.

För mer info – Kontakta oss!

SAGOÄVENTYR – så 4-5

Ett sagoäventyr bygger på en story/historia som är fiktiv.

Storyn kan utgå från ett visst tema som t ex vatten, skog, eld, en film, en bok eller ett mer konkret tema som indianer eller samer. I vårt fall har vi just nu teman kring indianer så 4 och samer så 5.

Storyn tar alltid sin start när klassen får ett uppdrag av någon i nöd. Utifrån uppdraget skall man ta sig ut till Kofsa där äventyret för klassen fortsätter.

Sagoäventyret är enkelt men väldigt inspirerande för eleverna, då man får engagera sig, uttrycka sin fantasi och använda hela kroppen.

För mer info - Kontakta oss!!

Aktiviteterna kan erbjudas både som halv- eller heldagar!

Ta chansen och upplev en fantastisk friluftslivsdag ute på Kofsa!
Vid frågor kring bokning eller andra funderingar kontakta oss!