

Aktivitetsoversikt Mandal kommune

Mandals Turnforening

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	mandalsturnforening@gmail.com www.mandalsturnforening.no
Daglig leder Sheila Folkvord		telefon	38263929, mob. 97718628
Aktivitet	Mange ulike tilbud for voksne, bl.a.: Hjertegruppe Godt voksne Helsemosjon damer Herreparti Aerobic.	Sted	Turnhallen Se hjemmesiden for mer informasjon om tider, priser og tilbud for både barn og voksne.
Målgruppe		Dag/Tid	
Påmelding		Deltageravgift	Ja

FK Mandalskameratene

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	www.mk.no
		telefon	
Aktivitet	Fotball	Sted	
Målgruppe	Breddetilbud særlig for barn og ungdom	Dag/Tid	
Påmelding		Deltageravgift	Ja

MHI - Mandal og Halse Idrettslag

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	www.mhihandball.no
Turid Larsen		telefon	971 74 955
Aktivitet	Håndball	Sted	
Målgruppe	Barn og voksne	Dag/Tid	
Påmelding		Deltageravgift	Ja

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	www.mhi-friidrett.com postmaster@mhi-friidrett.com
Tor Evert Bentsen		telefon	
Aktivitet	Friidrett og trim	Sted	
Målgruppe	Barn og voksne	Dag/Tid	
Påmelding		Deltageravgift	Ja

Mandal Volleyballklubb

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)	mail	magnar@magnarskretting.no http://idrett.speaker.no/volleyball/mandal
Magnar Skretting	telefon	915 80 102
Aktivitet	Volleyball	Sted
Målgruppe	12-19 år	Dag/Tid
Påmelding		Deltageravgift

Mandal Badminton Klubb

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)	mail	Syv_t@hotmail.com
Trond Atle Syvertsen	telefon	916 49 083
Aktivitet	Badminton	Sted
Målgruppe	Klubben driver med et lavterskeltilbud som passer for alle aldre og nivåer. De fleste gangene trener barn og unge om hverandre.	Dag/Tid Man 18- 19: alle Man 19 – 20: turneringsspillerne Ons 20 -22: Alle Tors 15 -16: under 12 år Tors 15 - 16.30: konkurransespillerne Fre 18.30 - 20.30: Alle
Påmelding		Deltageravgift

Mandal Golfklubb

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)	mail	kontakt@mandalgk.no www.mandalgk.no
	telefon	38 26 00 31 – 908 88 211
Aktivitet	Golf	Sted
Målgruppe	Nybegynnere, junior, senior	Dag/Tid
Påmelding		Deltageravgift Ja

Mandal og Lindesnes klatreklubb

<http://www.mandaloglindesnesklatreklubb.blogspot.no/>

Senter for eldre Tidemandgården

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)	mail	
Senter for eldre	telefon	38 27 30 29
Jorna Tjaum		38 26 30 28

Aktivitet	Dans	Sted	Orelunden dagsenter
Målgruppe		Dag/Tid	torsdag kl 18.30
Påmelding		Deltageravgift	

Skjernøy vel

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	
Ingrid Ilebekk		telefon	98859475
Aktivitet	Trim/aerobic	Sted	Skjernøy grendehus
Målgruppe		Dag/Tid	Mandag og torsdag 19.00
Påmelding		Deltageravgift	

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	
Ingrid Ilebekk		telefon	98859475
Aktivitet	Fotball for skolebarn	Sted	Ved Skjernøy grendehus
Målgruppe		Dag/Tid	Torsdag 17.30 i sommerhalvåret
Påmelding		Deltageravgift	

Mandal seniordans

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	annabrittbw@gmail.com
Anna-Britt Berntson Wattne		telefon	90 70 54 29
Aktivitet	Seniordans	Sted	Musikkens Hus, Malmø
Målgruppe	55+	Dag/Tid	onsdag kl 11.00
Påmelding		Deltageravgift	

Kom og Dans

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	komogdans.mandal@gmail.com www.komogdans.no/vest-agder/
Tor Egil Holmegård		telefon	911 07 452
Aktivitet	Kurs og dansekvelder	Sted	
Målgruppe		Dag/Tid	
Påmelding		Deltageravgift	

Halse ungdomslag

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)	mail	kurtols@start.no	
May Brit Borgi Olsen	telefon	916 42 547	
Aktivitet	Linedance	Sted	Ljosheim
Målgruppe		Dag/Tid	mandag kl 18
Påmelding		Deltageravgift	

Halse ungdomslag og Framsteg UL

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)	mail		
Berit Kragh	telefon	38 26 82 19	
Aktivitet	Gammeldans	Sted	Veksler mellom Ljosheim og Vonheim
Målgruppe		Dag/Tid	Onsdag kl 19.30
Påmelding	nei	Deltageravgift	60 pr gang

Friluftsrådet/DNT Sør

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)	mail	www.lflir.no	
	telefon		
Aktivitet	Seniorturer	Sted	fra brannstasjonen
Målgruppe		Dag/Tid	Onsdag kl 10.00
Påmelding		Deltageravgift	Kr 30

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)	mail		
Arne Gjerdal	telefon	38 26 49 04	
Aktivitet	”Senior lett”	Sted	fra Speidertomta
Målgruppe		Dag/Tid	Tirsdag kl 10.30
Påmelding		Deltageravgift	10 + kjøring

Naturvernforbundet Mandal

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)	mail	beritrae@online.no	
Berit Trædal	telefon	917 55 017	
Torbjørn Fredriksen		480 01 619	
Aktivitet	Saktegruppa	Sted	Fra Piren
Målgruppe		Dag/Tid	Mandag kl 12
Påmelding		Deltageravgift	Nei

Mandal Marsjforening

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	mmf@vandrevenner.com www.vandrevenner.com
Rune Stausland		telefon	
Aktivitet	Turmarsj Tirsdagsturene er 5 og 10 km, med rast. Farten avpasses slik at alle kan delta.	Sted	Se hjemmesiden
Målgruppe		Dag/Tid	Tirsdag kl 18 + andre tidspkt., se hjemmesiden
Påmelding		Deltageravgift	

Mandal Svømmeklubb

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	www.msk.no
		telefon	
Aktivitet	svømmeopplæring	Sted	Svømmehallen
Målgruppe		Dag/Tid	
Påmelding		Deltageravgift	

Mandal Cykleklubb

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	www.mandalck.com info@mandalck.com
		telefon	
Aktivitet	Sykling	Sted	
Målgruppe		Dag/Tid	
Påmelding		Deltageravgift	

Mandal karateklubb

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	www.mandalkarateklubb.no mandalkk@online.no
		telefon	

Aktivitet	Karate m. m., flere partier	Sted	
Målgruppe	6-50	Dag/Tid	
Påmelding		Deltageravgift	

Naturlos-turer

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	www.naturlos.no
		telefon	
Aktivitet	Tur	Sted	
Målgruppe		Dag/Tid	
Påmelding		Deltageravgift	

Svømmehallen

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	
		telefon	Svømmehallen: 38 27 31 23
Aktivitet	svømming	Sted	
Målgruppe	Åpningstider for publikum	Dag/Tid	Tirs – fre: 16:00 - 21:00 Lørdag: 12:00 - 17:00 Søn: 12:00 - 17:00 (1. okt.- 1. apr.)
Påmelding		Deltageravgift	Se www.mandalshallen.no

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	
		telefon	
Aktivitet	Morgenbading/svømming	Sted	
Målgruppe	Alle aldersgrupper	Dag/Tid	Tirsdag og torsdag 06.30 – 08.00
Påmelding		Deltageravgift	

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)		mail	
		telefon	
Aktivitet	Pensjonistbading	Sted	
Målgruppe		Dag/Tid	Tirsdag og torsdag 13.00 – 15.00
Påmelding		Deltageravgift	

Sanden Treningssenter AS

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)	mail	www.sanden-treningssenter.no
	telefon	38 27 29 10
Aktivitet	Treningssenter – apparat trening og gruppetilbud	Sted Kastellgata 14, Mandal
Målgruppe		Dag/Tid Se hjemmesiden
Påmelding		Deltageravgift Se hjemmesiden

Mandal Treningssenter AS

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)	mail	www.mandaltreningssenter.no
	telefon	38 26 30 44
Aktivitet	Treningssenter – apparat trening og sykkel i sal	Sted Giert Giertsens gate 29, Mandal
Målgruppe		Dag/Tid Se hjemmesiden
Påmelding		Deltageravgift Se hjemmesiden

Klinikken

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)	mail	www.klinikken.no firmapost@klinikken.no
	telefon	38 27 11 40
Aktivitet	Gruppetrening	Sted Sandkargata 6, 4515 Mandal
Målgruppe		Dag/Tid Se hjemmesiden
Påmelding		Deltageravgift Se hjemmesiden

Friberg Fysikalske

Kontaktperson (aktivitetsansvarlig)	mail	www.fribergfysikalske.net
	telefon	
Aktivitet	Gruppetrening Livsstilsendringskurs	Sted Mikkelsmyrveien 3, 4515 Mandal

Målgruppe		Dag/Tid	Se hjemmesiden
Påmelding		Deltageravgift	Se hjemmesiden