





<b>Akvarellmålning.</b>	En kurs för dig som vill börja eller redan håller på med Akvarellmålning, du får lära dig grunderna i att måla och allt avslutas med en utställning för dom som vill. Plats: Tid:	
<b>Bowling</b>	Vi har flera grupper som bowlar tillsammans med ledare. Du får lära dig en fritidsaktivitet som du kan fortsätta med efter skolan själv eller med dina kompisar. Plats: Bollnäs Bowlinghall. Tid: Måndagar och tisdagar.	
<b>Bågsytte</b>	Under ledning av en svensk mästare i bågsytte får du lära dig grunderna för att bli en bra bågsytt. Plats: Bollnäs sporthall Dag: Onsdagar Kl: 18.00.	
<b>Frisbee</b>	Här lär vi ut hur man hanterar en frisbee, och för att lära sig det har vi olika övningar, du får prova alla olika grenarna inom Frisbee och även vara med och tävla om du vill. Plats: Höghammarhallen Tid: Tisdagar Kl: 16.00-17.00.	
<b>Hobby</b>	Du som gillar pyssel här är aktiviteten för dig. Plats: Höghammarskolan/Ren. Tid: Tisdagar Kl: 17.30.	
<b>Innebandy</b>	Två kvällar i veckan spelar och tränar vi innebandy. Både tjejer och killar är välkomna. Plats: Bollnäs sporthall och Granbergsskolan. Tid: Tisdag kl: 18.00, Bollnäs sporthall. Torsdag kl: 18.00 Granbergsskolan.	
<b>Körsång</b>	Om du tycker om att sjunga i kör. Plats: Höghammarskolan/Ren Tid:	
<b>Mekarkurs</b>	För dig som har bil och körkort finns det möjlighet att meka mm. Plats: Fordon Häggesta. Tid: Onsdagar 18.00-	
<b>Motionssimning</b>	Motionssimning är till för dom som vill simma i "lugn och ro", två banor finns avdelade i bassängen för oss. Plats: Bollnäs Simhall. Tid: Måndagar Kl: 18.30-20.00	

<b>Musik</b>	<p>Spelar du ett instrument eller vill du börja är du välkommen att anmäla dig.  Här kan du spela i grupp eller individuellt.  Plats: Musiksalen Höghammar/Ren.  Tid: Egen tid.</p>	
<b>Styrketräning</b>	<p>Tycker du om att träna eller vill börja så har du chansen här, under kunnig ledare får du lära dig att träna rätt.  Plats: Höghammarskolan/Ren Gymmet.  Tid: Tisdag Kl: 18.00</p>	
<b>Trafikteori</b>	<p>Tankar kring körkort?  Här kan du i lugn miljö plugga teori, du börjar med övningsboken och går sen vidare till frågor på datorn.  Det som krävs är att du har körkortsboken med övningshäfte, kan köpas på alla trafikskolor.  Plats: Ljungheden, Miljö o fastighet.  Tid: Torsdagar kl 18.00 och 19.30.</p>	
<b>Fritidsgården Gropa</b>	<p>Gropa har öppet på kvällarna kl.18-21 där finns det datorer, biljard, bordtennis, Wii spel och tv.</p>	
<b>Onsdag kvällar på Gropa</b>	<p>Rock, Disco, Kareokee och musik kväll</p>	
<b>Promenad bingo</b>	<p>På hösten v. 35-39, våren v 18-23.</p>	