

## FRITIDSAKTIVITETER FOR VOKSNE

AKTIVITET	TID/STED	Pris	Kontaktperson	Informasjon	Merk
<b>Alvdal – Tynset Janitsjarkorps</b>	Tynset Kulturhus Mandag kl 19:15-22:00	Årskontingent: 4500 kr	<a href="mailto:post@tynsetjanitsjar.no">post@tynsetjanitsjar.no</a>	<a href="http://www.tynsetjanitsjar.no">www.tynsetjanitsjar.no</a>	
<b>Babysang</b>	Tynset Menighetshus	Gratis		Facebook: Babysang Tynset	
<b>Badminton</b>	Mandag og torsdag Kl 20:00 - 21:30 Holmenhallen	Voksen: 1 dag uken/1200kr 2 dag uken/1900kr	Ferdinand A. Skjønhals <a href="mailto:ledertynsetbk@outlook.com">ledertynsetbk@outlook.com</a>	Facebook: Tynset Badminton	Voksen: 19 år og godt moden årgang
<b>Bilcross</b>	Onsdag kl 17:30 Tynset motorsenter Tylldalsveien	Medlem: 350-600kr Startpakke bil med utstyr: 15 000kr	Harald Hansen TLF 91 11 31 62 <a href="mailto:hansenteamax@gmail.com">hansenteamax@gmail.com</a>	<a href="http://www.nmk.no">www.nmk.no</a> Facebook: NMK Tynset	
<b>Brydalen Bygdekvinnelag</b>				Facebook: Fåset Bygdekvinnelag	
<b>Brydalen IL</b>			<a href="mailto:ingrid@nordligard.no">ingrid@nordligard.no</a>	Facebook: Brydalen Idrettslag	
<b>Brydalen/ Finstad Sanglag</b>	Mandag (september-mai) Finshall på Finstad før jul, Midtvang i Brydalen etter jul		Henning Dalbakk TLF 90586815	Facebook: Brydalen/Finstad Sanglag	
<b>Brydalen Sanitetsforening</b>			Inger Elise Næss TLF 95233621 <a href="mailto:ru4@online.no">ru4@online.no</a>		
<b>DNT Nord-Østerdal</b>				<a href="http://nordosterdal.dnt.no/">http://nordosterdal.dnt.no/</a> Facebook: DNT Nord-Østerdal	
<b>E-sport</b>	Holmenbygget -ikke aktivt pr idag			<a href="http://www.tronesport.gg">www.tronesport.gg</a>	
<b>Endurobane</b>	Tynset motorsenter		Kjøring avtales med Sondre Steen <a href="mailto:post@tynsetmxklubb.no">post@tynsetmxklubb.no</a> eller TLF 48 00 65 90		
<b>Fotball</b>			<a href="mailto:sport.fotball@tynsetidrett.no">sport.fotball@tynsetidrett.no</a>	<a href="http://www.tynsetidrett.no">www.tynsetidrett.no</a> Facebook: Tynset IF Fotball	
<b>Flyklubb (motor- og modellfly)</b>	Tynset flyplass Aumveien 357		<a href="mailto:post@tynsetflyklubb.no">post@tynsetflyklubb.no</a>	<a href="http://www.tynsetflyklubb.no">www.tynsetflyklubb.no</a>	
<b>Frisbeegolf</b>	Nytrømoen Tron Ungdomssenter	Gratis		Facebook: Tynset IF Discgolf	
<b>Frivilligsentralen</b>	Meierigata 4B		Ann-Magritt Røe <a href="mailto:post@tynset.frivilligsentral.no">post@tynset.frivilligsentral.no</a>	<a href="http://www.tynset.frivilligsentral.no">www.tynset.frivilligsentral.no</a>	
<b>Fåset IL</b>				Facebook: Fåset idrettslag	

For mer informasjon eller hjelp til å komme i gang:

**Kontakt:** Kristin Utby Telneset **E-post:** [kristin@tynsetidrett.no](mailto:kristin@tynsetidrett.no) **Kontor:** Tynsethallen **Facebook:** Sammen om rett aktivitet for alle

## FRITIDSAKTIVITETER FOR VOKSNE

<b>Fåset musikklag</b>				Facebook: Fåset Musikklag stiftet i 1892	
<b>Fåset Pistolklubb</b>	Onsdag kl 18	Medlemsavgift 900kr/år	Fåset pistolklubb v/Tor Tolgensbakken E-post: <a href="mailto:leder@fpkl.no">leder@fpkl.no</a>	<a href="http://fpkl.no">Fåset Pistolklubb (fpkl.no)</a>  Facebook: Fåset Pistolklubb	
<b>GåPå IL</b>				Facebook: Idrettslaget GÅ-PÅ	
<b>Husfelleskap</b>	Annenhver tirsdag Kl 19.00-22.00		Gunhild Lorentzen TLF 907 58 741 Kirsten Gjeltten TLF 916 40 212	Kveldsmat, lesing fra bibelen og samtale	
<b>Judo</b>	Torsdag Kl 18.30-20.00 Holmenhallen	Treningsavgift: 1050kr/år Forsikring: 200kr Mdl avgift TIF: 350kr/Familie750kr	Kenneth Lindberg <a href="mailto:kenneth1lindberg@gmail.com">kenneth1lindberg@gmail.com</a>	<a href="http://www.tynsetidrett.no">www.tynsetidrett.no</a>	
<b>Klatring</b>	Mandag og torsdag Kl 18-20 Holmenhallen	Voksen: 1000kr Familie: 1500kr + Mdl avgift TIF (100kr til 8 år) 350kr/Familie750kr	Janniken Strømseng <a href="mailto:jannikst@online.no">jannikst@online.no</a>	<a href="http://www.tynsetidrett.no">www.tynsetidrett.no</a> Facebook: TIF Klatring	Brattkort eller topptau kort
<b>Kom i gang</b>	Mandag kl 13-14 Tynset Friskliv	120kr/gang	Berit Nordstad TLF 95 06 64 72	Facebook: Nordstad Fysikalske	
<b>Kom og dans</b>	Se nettside for datoer og tidspunkt	Inngang: 60 kr (evt 100kr inkludert pizza)	Esten Erlie TLF 906 60 701 <a href="mailto:tynset@komogdans.no">tynset@komogdans.no</a>	<a href="http://www.komogdans.no/innlandet/avdelinger/tynset/">http://www.komogdans.no/innlandet/avdelinger/tynset/</a>	
<b>Kvikne IL</b>		200kr/år Familie: 500kr/år	<a href="mailto:kjetil.frengstad@gmail.com">kjetil.frengstad@gmail.com</a>	<a href="http://www.kvikne.no">www.kvikne.no</a>	
<b>LHL</b>	Torsdag Tynset Friskliv		<a href="mailto:lhl.tynset@lhl.no">lhl.tynset@lhl.no</a> Jan Ivar Rekstad	<a href="https://www.lhl.no/">https://www.lhl.no/</a>	
<b>Lions</b>	Frivilligsentralen		<a href="mailto:tobraby54@gmail.com">tobraby54@gmail.com</a>	Facebook: Tynset Lions club	
<b>Lysløyperenn</b>	Tirsdag kl 18.30 Skistadion i Haverslia	200kr/sesong		<a href="http://www.tynsetidrett.no">www.tynsetidrett.no</a> Facebook: Tynset IF Ski	
<b>Makerspace</b>	Ikke aktivt pr idag		<a href="mailto:tynsetteknolab@gmail.com">tynsetteknolab@gmail.com</a>	<a href="http://www.tynsetmakerspace.no">www.tynsetmakerspace.no</a> Facebook: Tynset Makerspace	
<b>Mannskoret Ljom</b>			Stein Rønningen TLF 90744745 <a href="mailto:steinronningen@gmail.com">steinronningen@gmail.com</a>		
<b>Motocross</b>	Tirsdager: kl 18:00-21:00 (organisert trening kl 18-19)	«Kom og prøv mdl-skap»: 50kr	Sondre Steen TLF: 48006590 <a href="mailto:post@tynsetmxklubb.no">post@tynsetmxklubb.no</a>	Facebook: Tynset Mx klubb	

For mer informasjon eller hjelp til å komme i gang:

**Kontakt:** Kristin Utby Telneset **E-post:** [kristin@tynsetidrett.no](mailto:kristin@tynsetidrett.no) **Kontor:** Tynsethallen **Facebook:** Sammen om rett aktivitet for alle

## FRITIDSAKTIVITETER FOR VOKSNE

	Lørdager: kl 12-16 Tynset motorsenter Tylldalsveien	«Kom og prøv lisens»: 150kr  Aktiv medlem: 500kr Baneavgift: 1500kr			
<b>Mudo (treningscenter)</b>	Åpningstid: kl 05-23 Bemannet: kl 17-20 Meierigata 1		<a href="mailto:tynset@mudo.no">tynset@mudo.no</a> +4793432167	<a href="#">Mudo Gym Tynset – Treningscenter for hele familien</a>	
<b>Orientering</b>	Onsdager kl 17.30 (se egen plan for oppmøtested)	Mdl avgift TIF: (100kr opptil 8 år) 350kr/Familie750kr	<a href="mailto:tynset.orientering@gmail.com">tynset.orientering@gmail.com</a>	<a href="http://www.tynsetidrett.no">www.tynsetidrett.no</a>  Facebook: Tynset IF Orientering	
<b>Redd Barna</b>	Torvgata 1		<a href="mailto:siri_munkvold@hotmail.com">siri_munkvold@hotmail.com</a>	Facebook: Redd Barna Tynset	
<b>Savalen sykkelklubb</b>			<a href="mailto:savalensk@gmail.com">savalensk@gmail.com</a>	Facebook: Savalen SK	
<b>Savalen Turlag</b>				Facebook: Savalen Turlag	
<b>Skatepark</b>	Tynset skatepark Tomtegata 5			Facebook: Tynset Skatepark	
<b>Skyting</b>	Tirsdag og torsdag kl 18 Skytebane, Telnesveien 253		Harald Grue, TLF 90545680 <a href="mailto:grueharald@gmail.com">grueharald@gmail.com</a>	Facebook: Tynset Skytterlag	
<b>Skøyter</b>	Tirsdag og torsdag kl 18.00 Nytrømoen	Mdl avgift TIF: (100kr til opptil 8 år) 350kr/Familie750kr	Marius Krokhaug <a href="mailto:marikrok@trondelagfylke.no">marikrok@trondelagfylke.no</a>	<a href="http://www.tynsetidrett.no">www.tynsetidrett.no</a> Facebook: Tynset IF Skøyter - skøytegruppa	
<b>Spark'n Line Dancers</b>	Mandager i Kjæreng Grendehus Nybegynnerkurs 2024	Nybegynnerkurs: 750kr/semester Viderekommende: 1000kr/semester	Turid Vold TLF 97581755	Facebook: Spark'n Line Dancers	
<b>Stolpejakt</b>	Tynset	Gratis		<a href="#">Stolpejakten - tynset</a>	
<b>Svømmekurs</b>	Mandag/Onsdag Svømmehallen	Mdl avgift TIF: (100kr opptil 8 år) 350kr/Familie750kr  Svømmekurs: 750kr/semester	<a href="mailto:svømmeskoleansvarlig@tif-svømming.no">svømmeskoleansvarlig@tif-svømming.no</a>	<a href="http://www.tryggivann.no">www.tryggivann.no</a> <a href="http://www.tynsetidrett.no">www.tynsetidrett.no</a>	

For mer informasjon eller hjelp til å komme i gang:

**Kontakt:** Kristin Utby Telneset **E-post:** [kristin@tynsetidrett.no](mailto:kristin@tynsetidrett.no) **Kontor:** Tynsethallen **Facebook:** Sammen om rett aktivitet for alle

## FRITIDSAKTIVITETER FOR VOKSNE

<b>Svømmetrening</b>	Mandag	Mdl avgift TIF: (100kr opptil 8 år) 350kr/Familie750kr Treningsavgift: 1200kr	<a href="mailto:svømmeskoleansvarlig@tif-svømming.no">svømmeskoleansvarlig@tif-svømming.no</a>	Påmelding: <a href="http://www.tryggivann.no">www.tryggivann.no</a> <a href="http://www.tynsetidrett.no">www.tynsetidrett.no</a>	Ferdighets nivå: Hai
<b>Tron Luftsportklubb</b>			Øyvind Kalbækken TLF 410 83 770 <a href="mailto:kalken_k@hotmail.com">kalken_k@hotmail.com</a>	Facebook: Tron Luftsportklubb	
<b>Tron Ungdomssenter (kristen leir)</b>			<a href="mailto:post@tron-ungdomssenter.no">post@tron-ungdomssenter.no</a>	<a href="http://www.tron-ungdomssenter.no">www.tron-ungdomssenter.no</a>	
<b>Tron Volleyball</b>	Søndag kl 19-21 Tynsethallen	Medlemskontingent: 100kr/år  Voksen 900kr/halvår Student 650kr/halvår	Jardar Storbækken <a href="mailto:jardar@tronvbk.no">jardar@tronvbk.no</a> TLF 986 00 961	Facebook: Tron Volleyballklubb	
<b>Tunna IL</b>			<a href="mailto:eystlu@gmail.com">eystlu@gmail.com</a>	Facebook: Tunna IL	
<b>Tylldalen blandakor</b>				Facebook: Tylldalen blandakor	
<b>Tylldalen Bygdekvinnelag</b>				Facebook: Tylldalen bygdekvinnelag	
<b>Tylldalen IL</b>			<a href="mailto:halvor@wangfysio.no">halvor@wangfysio.no</a>	Facebook: Tylldal IL	
<b>Tynset blandakor</b>	Onsdag kl 18.30-21.00 Tronsalen på Nord Østerdal Videregående skole		<a href="mailto:tynset.blandetkor@gmail.com">tynset.blandetkor@gmail.com</a>	<a href="http://www.tynsetblandetkor.no">www.tynsetblandetkor.no</a>	
<b>Tynset båt- og vannsport forening</b>			Roar Bangen <a href="mailto:ro-ban@online.no">ro-ban@online.no</a>	Facebook: Savalen Vannsport	
<b>Tynset flyklubb</b>	Tynset flyplass, Aumveien 357		<a href="mailto:post@tynsetflyklubb.no">post@tynsetflyklubb.no</a>	<a href="http://www.tynsetflyklubb.no">www.tynsetflyklubb.no</a>	
<b>Tynset Friskliv</b>	Åpningstider: Mandag – torsdag: Kl 07.30-19.00, fredag: kl 07.30-16.00. Nøkkelkort: Mandag – søndag kl 04.00-23.30	Se priser: <a href="http://OnlineBooking(ibooking.no)">Online Booking (ibooking.no)</a>	<a href="mailto:friskliv@tynsetidrett.no">friskliv@tynsetidrett.no</a>	<a href="http://www.tynsetidrett.no">www.tynsetidrett.no</a> Facebook: Tynset Friskliv	Fra året du fyller 15 år

For mer informasjon eller hjelp til å komme i gang:

**Kontakt:** Kristin Utby Telneset **E-post:** [kristin@tynsetidrett.no](mailto:kristin@tynsetidrett.no) **Kontor:** Tynsethallen **Facebook:** Sammen om rett aktivitet for alle

## FRITIDSAKTIVITETER FOR VOKSNE

<b>Tynset Husflidslag</b>	Torsdag kl 19 (fra 7. september) Ringveien 34	Medlemskap i Norges Husflidslag: 210kr pr år	Ann-Mari Hugudal <a href="mailto:annmbhugudal@gmail.com">annmbhugudal@gmail.com</a>	Facebook: Tynset Husflidslag	
<b>Tynset jazzklubb</b>	Utvalgte lørdager gjennom vår- og høstsemesteret + festival i starten av september	Billetter fra 100 – 300kr Frivillig støtte-medlemskap på 250,- pr år	Ellen Brekken <a href="mailto:leder@tynsetjazz.no">leder@tynsetjazz.no</a>	Facebook: Tynset Jazzklubb <a href="http://www.tynsetjazz.no">http://www.tynsetjazz.no</a>	ALLE
<b>Tynset jeger og fiskeforening</b>				<a href="http://www.njff.no/hedmark/tynset">www.njff.no/hedmark/tynset</a> Facebook: Tynset jeger- og fiskeforening	
<b>Tynset pensjonist forening</b>	Siste onsdag hver måned, Kl 11 på Frivilligsentralen		Kjell Arne Hugubakken <a href="mailto:kjarnehu@online.no">kjarnehu@online.no</a>	<a href="#">Tynset Pensjonistforening   Pensjonistforbundet</a>	
<b>Tynset og omegn Hundeklubb</b>			<a href="mailto:tohundeklubb@hotmail.com">tohundeklubb@hotmail.com</a>	<a href="http://www.tohundeklubb.no">www.tohundeklubb.no</a> Facebook: Tynset og omegn hundeklubb	
<b>Tynset skytterlag</b>	Telnesveien 253		<a href="mailto:tynset@skytterlag.no">tynset@skytterlag.no</a>	Facebook: Tynset skytterlag	
<b>Tynset Røde kors Hjelpekorps</b>			<a href="mailto:tynsetrk@gmail.com">tynsetrk@gmail.com</a>	Facebook: Tynset Røde Kors Hjelpekorps	
<b>Tynset spellemannslag</b>			Roar Selboe TLF 918 14 078 <a href="mailto:selboe.roar@gmail.com">selboe.roar@gmail.com</a>		
<b>Tynset svømmehall</b>	Tirsdag kl 18-21 Torsdag 17-20.30 Fredag 17-20.30	0-3 år: Gratis 3-16 år: 25kr Voksne: 50kr		<a href="#">Svømmehallen - Tynset kommune</a>	
<b>Tynset trekkspillklubb</b>	Tirsdag kl 19-21.30 Olaf Røsts gate 36 (administrasjonbygg på Litun senter)	Gratis å delta, men må ha eget instrument	Erling Brekken TLF 90 51 34 67 <a href="mailto:erlingbrekken@gmail.com">erlingbrekken@gmail.com</a>		Ungdom og voksne
<b>Tynset Turlag</b> -Trimpoeng -Fottur -Skitur			<a href="mailto:leder@tynseturlag.org">leder@tynseturlag.org</a>	<a href="http://www.tynseturlag.org">www.tynseturlag.org</a> Facebook: Tynset turlag	
<b>Ung husflid</b>	Torsdag 28.9, 26.10, 23.11 Kl 16.30-18.30 Ringveien 34	Medlemskap i Norges Husflidslag 210kr pr år (100kr pr kveld dersom ikke mdl)	Ann-Mari Hugudal <a href="mailto:annmbhugudal@gmail.com">annmbhugudal@gmail.com</a>	<a href="http://Ung Husflid - husflid.no">Ung Husflid - husflid.no</a>	6-26 år

For mer informasjon eller hjelp til å komme i gang:

**Kontakt:** Kristin Utby Telneset **E-post:** [kristin@tynsetidrett.no](mailto:kristin@tynsetidrett.no) **Kontor:** Tynsethallen **Facebook:** Sammen om rett aktivitet for alle

## FRITIDSAKTIVITETER FOR VOKSNE

Åpen hall	Fredag kl 19-21 i Tynsethallen	Gratis	Fritidskoordinator Kristin Utby Telneset <a href="mailto:kristin@tynsetidrett.no">kristin@tynsetidrett.no</a>		13-25 år
-----------	--------------------------------	--------	--	--	----------

**Gratis utlån av utstyr:** BUA, Sjukehusvegen 8, Åpent: tirsdag kl 15-17. [Utlånsordninger | BUA](#) Facebook: BUA Tynset

**Oversikten over aktiviteter er med forbehold om feil eller at endringer kan oppstå.**

For mer informasjon eller hjelp til å komme i gang:

**Kontakt:** Kristin Utby Telneset **E-post:** [kristin@tynsetidrett.no](mailto:kristin@tynsetidrett.no) **Kontor:** Tynsethallen **Facebook:** Sammen om rett aktivitet for alle