



4. - 5. KLASSE
2019/20



FRI MED STIL



RUDERSDAL
KOMMUNE

MUSIK

Band, begyndere

Her kan du prøve at spille i et band og mærke fælleskabet om musik. Du kommer til at prøve forskellige instrumenter og finde ud af, hvilket instrument, der passer dig bedst.

Alle er velkomne. Musikerfaring er intet krav eller hindring. Her spiller vi sammen på livet løs, og øver os til indspilning i et rigtigt lydstudie og til koncerter.

** Se Introdag for alle musikelever.*

Band, øvede

Her spiller vi sammen på livet løs, og øver os til indspilning i et rigtigt lydstudie og tager på turne til Nordeuropas største ungdomsfestival i Ålborg i januar 2020.

** Se Introdag for alle musikelever.*

Birkerød

Mandage kl. 17.30-19.00

Kulturcenter Mantzius

Performancehuset

Pris kr. 1600,-

Nærum

Onsdage kl. 16.00-17.30

Gården i Nærum

Pris kr. 1600,-

Birkerød

Mandage kl. 19.00-20.30

Kulturcenter Mantzius

Performancehuset

Pris kr. 1600,-

Nærum

Onsdage kl. 17.30-19.00

Gården i Nærum

Pris kr. 1600,-

Banddag

Vi spiller sammen i bands hele dagen, hygger os og har det sjovt. Professionelle musikere underviser.

Alle er velkomne, uanset instrument og niveau.

Efterår

**Søndag 3/11-2019
kl. 13.00-17.00**

Kulturcenter Mantzius,
Performancehuset

Pris kr. 100,-

Forår

**Søndag 29/3-2020
kl. 13.00-17.00**

Kulturcenter Mantzius,
Performancehuset

Pris kr. 100,-



Musikcamp med overnatning

Vi spiller sammen i bands og arbejder med musik fra morgen til aften. Professionelle musikere underviser. Vi jam'er, hygger os og har det sjovt og overnatter på Kulturcenter Mariehøj. Alle er velkomne, uanset instrument og niveau.

Lørdag 1/2-2020 kl. 10.00 til søndag 2/2-2020 kl. 12.00

Kulturcenter Mariehøj

Pris kr. 400,-

Pigeband

Er du pige, og vil du gerne spille musik, så kom med her. Der er ingen krav om musikalske færdigheder. Du skal blot have lyst til at spille musik og lyst til at være en del af et fællesskab. Vi skal jam'e, komponere sange, lege med vores udtryk og intuition i musikken og skabe os en identitet som musikere. Kort sagt; vi skal vælte os rundt i musik, instrumenter og hinandens gode selskab.

** Se Introdag for alle musikelever.*

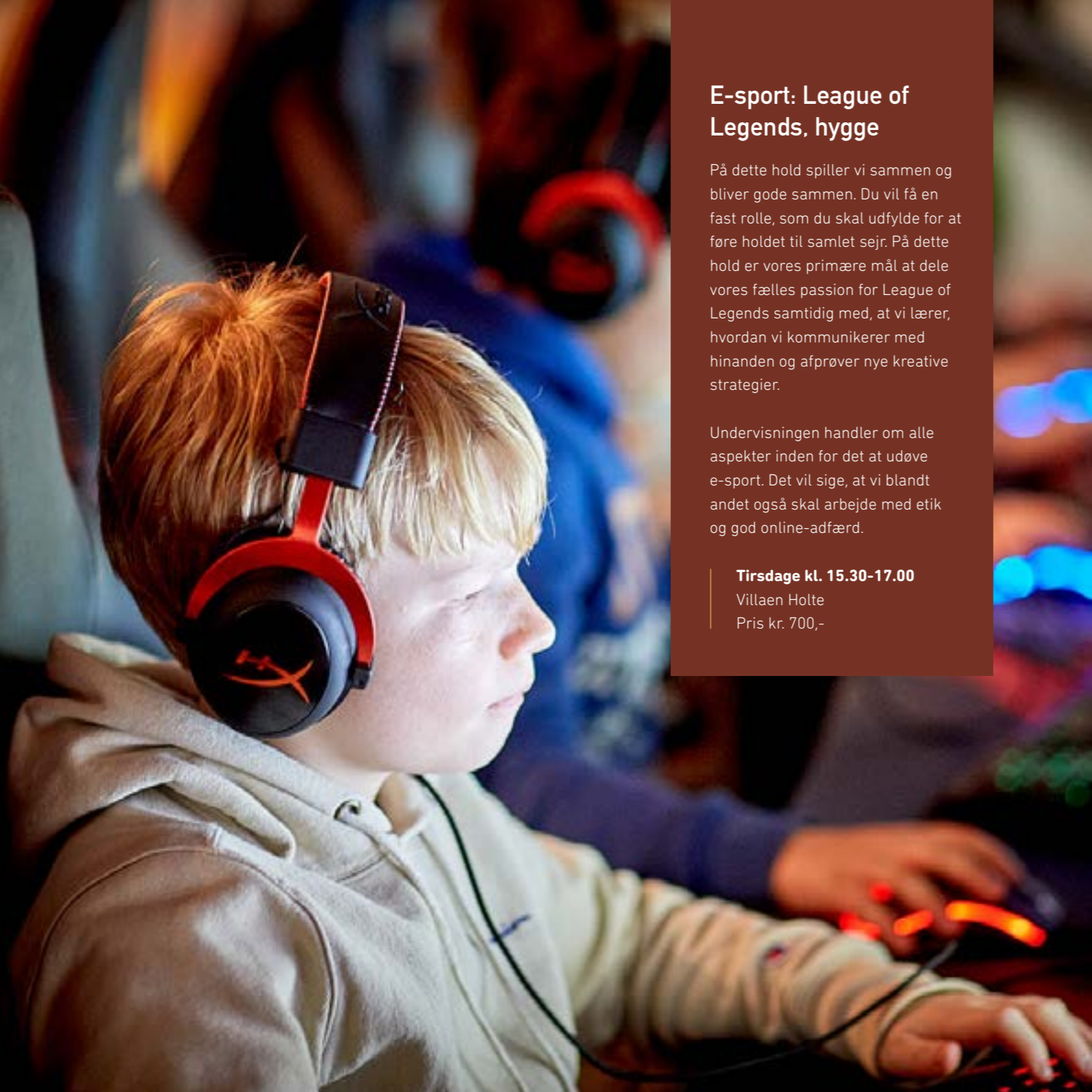
Mandage kl. 16.00-17.30

Kulturcenter Mantzius,
Performancehuset

Pris kr. 1600,-

! * Introdag for alle musikelever

Alle musikelever mødes til introduktion **søndag den 1/9-2019**, hvor vi lærer hinanden at kende og spiller sammen i bands, hygger os og laver en masse musik sammen.



E-sport: League of Legends, hygge

På dette hold spiller vi sammen og bliver gode sammen. Du vil få en fast rolle, som du skal udfylde for at føre holdet til samlet sejr. På dette hold er vores primære mål at dele vores fælles passion for League of Legends samtidig med, at vi lærer, hvordan vi kommunikerer med hinanden og afprøver nye kreative strategier.

Undervisningen handler om alle aspekter inden for det at udøve e-sport. Det vil sige, at vi blandt andet også skal arbejde med etik og god online-adfærd.

Tirsdage kl. 15.30-17.00

Villaen Holte
Pris kr. 700,-

E-sport: Battle Royal

Her spiller vi alle spil i den populære Battle Royal genre. Lige meget om du er til Fortnite, Apex Legends, PUBG eller noget helt fjerde, så mød op og del din interesse med andre ligesindede. Der er fokus på samarbejde, at lede sit hold og at lægge - samt udføre - taktik som et samlet hold. Undervisningen handler om alle aspekter inden for det at udøve e-sport. Det vil sige, at vi også skal arbejde med etik og god online-adfærd.

Nærum

Torsdage kl. 15.30-17.00

Gården Nærum
Pris kr. 700,-

Holte

Onsdag kl. 17.00-18.30

Villaen Holte
Pris kr. 700,-

Holte

Onsdag kl. 18.30-20.00

Villaen Holte
Pris kr. 700,-

Vild med videnskab

Hvad er ild lavet af, og hvordan virker en 3D printer? Når det kommer til naturvidenskab og teknologi, er der rigeligt med ting at undre sig over. Derfor vil vi igennem vores fornuft og forsøg prøve at finde svar på så meget som muligt. Vi vælger selv, hvad vi gerne vil undersøge, og sammen udtænker vi forsøg, der hjælper os med at finde svar på alt det, vi går og undrer os over.

Søndage 15/9, 6/10, 17/11, 8/12-2019 og 19/1, 23/2, 15/3, 19/4-2020 kl. 10.00-15.00

Vangeboskolen
Pris kr. 1300,-

E-SPORT

& VIDENSKAB

KREA

Sy og design

Har du lyst til at lære at sy eller at blive endnu dygtigere? På Sy og design kommer vi til at arbejde med hele processen i fremstillingen af tekstile produkter, lige fra skitsering, designproces, mønsterudvikling, valg af materialer og syteknikker. Vi kommer til at sy alt fra tasker, pung, penalhuse og forklæder til nederdele, bluser, og bukser, men vi kommer også til at arbejde med dekoration af stof i form af applikation og patchwork. Du vil lære at betjene en symaskine og alle maskinens forskellige funktioner. Vi kommer også til at arbejde med håndsying. Der vil være et udvalg af basismaterialer til produktfremstillingen. Har du specifikke ønsker til materialer, er du velkommen til at medbringe egne materialer.

Er du nybegynder inviteres du til at komme 30 minutter før undervisningens start de første to gange. Her vil der være ekstra introduktion til værkstedet og til maskinerne.

Birkerød

Mandage kl. 15.30-18.00

Fløjen Birkerød
Pris kr. 1300,-

Nærum

Tirsdage kl. 15.30-18.00

Gården Nærum
Pris kr. 1300,-

Sy dine julegaver

Har du lyst til at give håndlavede julegaver til venner og familie? På julegaveworkshoppen fremstiller vi personlige julegaver i syværkstedet. Der vil være et udvalg af julegaver, som du kan fremstille med mulighed for individuelle variationer, og du vil få masser af hjælp og vejledning undervejs. Kom og vær med til en sjov og kreativ dag i syværkstedet, hvor der også vil være tid til lidt julehygge.

Lørdag 30/11-2019 kl. 10.00-15.00

Gården Nærum
Pris kr. 200,-



Halloween – sy og design værksted

Sy uhyggelige accessories til Halloween. Dekorér din udklædning, sy accessories til dit kostume eller måske en sjov taske til at samle slik i?

Lørdag 26/10 -2019 kl. 10.00-15.00

Fløjen Birkerød
Pris kr. 200,-

Hækling, begyndere

Hvis du gerne vil lære at hækle, er dette hold noget for dig. På holdet vil du lære at hækle din egen taske/clutch, pung, kurve og nøgleringe, som du kan bruge selv eller forære væk i gave. Undervejs på kurset vil der være mulighed for, at du selv kommer med ønsker til 'hæklerier', som du kunne tænke dig at lave. Når du tilmelder dig dette hold, bliver du automatisk tilmeldt hækleworkshoppen, hvor du skal lære hækling fra bunden.

Onsdage kl. 17.00-19.00

Gården Nærum
Pris kr. 800,-

Hækle workshop

Hvis du gerne vil lære at hækle, er denne workshop noget for dig. Om du er nybegynder, eller har prøvet at hækle før, betyder ikke noget, da vi tager alt fra bunden, så alle kan følge med. På "hækling" vil du lære at hækle dine egne nøgleringe og kurve, som du kan bruge selv eller forære væk i gave. Alle, der melder sig til hækling for nybegyndere, bliver automatisk tilmeldt denne workshop.

Lørdag 31/8-2019

kl. 10.00-14.00

Gården Nærum
Pris kr. 150,-

Julegaveværksted

Gaver, gaver, gaver! Her får du mulighed for at kreere og designe dine egne julegaver, og du får masser af inspiration, så du kan forsætte derhjemme - værkstedet oser af hygge!

Lørdag 2/11-2019

kl. 10.00-16.00

Fløjen Birkerød
Pris kr. 200,-



Cheerleading, begyndere

Har du en cheerleader i maven?

Cheerleading er en sport, der med koreograferede shows underholder ved både konkurrencer og forskellige events. Så har du lyst til gå til en alsidig sport, hvor du lærer lidt fra forskellige verdener og "sætter det under en paraply", nemlig cheerleading - så er denne sport noget for dig. Der er fokus på samarbejde og holdånd. En cheerleader skal altid være smilende og vise gejst, styrke og energi, der smitter af på publikum. En cheerleader kan have alle aldre, størrelser og køn.

Torsdage kl. 18.30-20.00

Gården Nærum

Pris kr. 800,-

Bueskydning, begyndere

Kunne du tænke dig at lære at skyde med bue og pil. Du vil blive instrueret i helt grundlæggende bueskytte -teknikker og lære at kontrollere buens enorme kraft, så du rammer plet hver gang.

**Onsdage 4/9, 11/9, 18/9, 24/9, 2/10,
9/10-2019 kl. 17.00-19.00**

Gården Nærum

Pris kr. 300,-

Træklatring

Kunne du tænke dig at klatre? Her får du kendskab til klatreudstyr, sikringsmetoder og forskellige klatreteknikker. Du kommer til at klatre i grene og i reb og får mulighed for at opleve et øjeblik frit fald. Du erfarer, at klatring også handler om at opbygge tillid til de andre på holdet og om modet til at udfordre sig selv.

**Mandage 2/9, 9/9, 16/9, 23/9-
2019 kl. 16.00-19.00**

Rudegaard Idrætsanlæg, Stadion

Pris kr. 500,-

**Tirsdage 3/9, 10/9, 17/9, 24/9-2019
kl. 16.00-19.00**

Rudegaard Idrætsanlæg, Stadion

Pris kr. 500,-

KROP & MOTION

MAD GLAD

Vegetarisk madlavning, workshop

Inspireret af alverdens køkkener – også det danske – vil vi tilberede vegetariske retter, der bringer det bedste frem i råvarerne med fokus på farver, smage og konsistenser. Du vil blandt andet lære, hvordan man kan bruge mindre kendte grøntsager og anderledes tilberedningsmetoder.

Lørdag 24/8 kl. 11.00-15.00

Gården Nærum
Pris kr. 150,-

Fredagsslik

Det er kanonsjovt at lave slik helt selv. Det betyder selvfølgelig, at vi skal have gang i sukkerbøtten. Meeeen vi skal også lave lækkerier med knap så usunde ingredienser, så vi undgår at løbe på væggen resten af denne lørdag. Kom og vær med. Tag et forklæde med hjemmefra, en klapsammen samt et par bokse til slikket, så vi ikke behøver at spise det hele med det samme.

Lørdag 28/9 kl. 10.00-14.00

Gården Nærum
Pris kr. 150,-

Den lille konditor

Kunne du tænke dig at lære teknikken bag at lave de lækreste kager og lære metoder til at pynte dem smukt? Så tilmeld dig "Den lille konditor", hvor vi prøver kræfter med chokoladepynt, spiselige blomster og farverige frostings.

Lørdag 28/9-2019 kl. 10.00-15.00

Birkerød Skole
Pris kr. 150,-

Desserttallerken

På en restaurant er dessertkortet ofte mest interessant. Vi skal lave forskellige desserter og øve os på at lave en rigtig flot desserttallerken med pynt og glimmer. Tag et forklæde med hjemmefra og et par bokse, så der også er smagsprøver til dem derhjemme.

Lørdag 18/1-2020 kl. 10.00-14.00

Gården Nærum
Pris kr. 150,-

Julekager og julekonfekt

Nu' det jul igen og nu' det jul igen, og det betyder julebagning. Kom med til en dag i julens tegn, hvor vi skal bage, pynte, hygge og høre julemusik. Husk julehuen og kagedåsen.

Lørdag 30/11-2019 kl. 10.00-15.00

Birkerød skole
Pris kr. 150,-

Julebag

Vi tyvstarter julen og bager de første julekager. Vi bager traditionelle julekager og afprøver nye opskrifter. Medbring kagedåse, så du kan få smagsprøver med hjem til familien.

Lørdag 23/11 kl.10.00-15.00

Gården Nærum
Pris kr. 150,-

Den store bagedag

Den store bagedag vil være fyldt med mange forskellige typer bagværk. Vi vil arbejde med fede gærdeje, vandbakkelsesdej, rørte deje og meget mere. Kan du lide at bage, og har du lyst til at kaste dig ud i forskellige kageopskrifter, så meld dig til workshoppen "Den store bagedag".

Lørdag 14/3 kl. 10-15.00

Gården Nærum
Pris kr. 150,-

Madmod, madglæde og madforståelse

Vi skal arbejde med de fem grundsmage, årstidens råvarer og danske og udenlandske retter, alt imens vi samarbejder og hygger os.

Mandage kl. 16.00-18.30

Vedbæk Skole
Pris kr. 1300,-





Fri med stil

Ung i Rudersdal tilbyder spændende fritidsundervisning for dig, der går i 4. - 5. klasse. Du skal enten bo eller gå i skole i Rudersdal Kommune for at benytte Fri med Stil. I dette magasin finder du en masse hold indenfor musik, bevægelse og kreativitet og undervisning, hvor du rigtig skal bruge hovedet. Der er både lidt af det sjove, det seriøse og det udfordrende – der er noget for alle.

Fri med Stil er et supplement til de øvrige fritidstilbud i Rudersdal Kommune. Tilbuddet er derfor ikke en erstatning for traditionelle klubtilbud som SFK.

Sæsonen begynder i uge 36 i 2019 og slutter i uge 13 i 2020.
Der er ingen undervisning i skoleferierne.

Der er deltagerbetaling på hvert hold. Under hver holdbeskrivelse kan du se, hvad det koster at deltage på det enkelte hold. Deltagerbetalingen indbetales ved tilmeldingen. Ung i Rudersdal forpligter sig ved aflysninger (udover én sygedag pr. halve sæson), til at gennemføre en erstatningsgang. Hvis dette ikke er muligt, refunderes et beløb svarende til den ikke modtagne undervisning.

Tilmelding

Tilmeldingen åbner den 13. juni kl. 18.00. Du kan tilmelde dig de forskellige aktiviteter på ungirudersdal.dk eller **APP'en IST ungdomsskole**. Når du tilmelder dig, skal du logge ind med UNI-login eller Tabulex login.

Hvem er Ung i Rudersdal

Ung i Rudersdal er et stort fællesskab med masser af tilbud, der kan benyttes af unge, der bor eller går i skole i Rudersdal Kommune. Ung i Rudersdal skaber mulighed for, at unge kan lære nyt, få alsidige oplevelser og knytte nye venskaber gennem fælles interesser på tværs af kultur og baggrund. Ung i Rudersdals primære målgruppe er 6. klasse til 25 år, men Fri med Stil er et særligt undervisningstilbud for dig, der går i 4. og 5. klasse.



FRI MED STIL

RUDERSDAL KOMMUNE

UNG I RUDERSDAL
Kulturcenter Mariehøj
Øverødvej 246B, Bygning C, 1.sal.
2840 Holte
Tlf. 46 11 59 00,
ungi@rudersdal.dk, ungirudersdal.dk

Ansvarshavende redaktør: Gitte Næsbøl Magnus og Rasmus Lind Jensen | Redaktion: Lene Romer Larsen og Annemarie Milbregt | Foto: Carsten Esbensen
Tekst: Ung i Rudersdal | Design: Onepointcompany, Dorte Bengtzen | Tryk: HH Specialtryk