

PROGRAM LIDA FRILUFTSFEST 2022

	Familjeaktivitet	10.00	10.30	11.00	11.30	12.00	12.30	13.00	13.30	14.00	14.30	15.00	15.30	16.00	16.30	17.00	17.00	
VATTENAKTIVITET	☺	Prova-på vattenskidor - Lida Vattenskidklubb																
	☺	Prova-på kajak & SUP - Lida																
	☺	Vedbastu																
FRILUFTSLIV		Camping & vandringstips - The North Face																
	☺	Friluftsteknik - Civilförsvarens förening																
	☺		Eidskola Nybygdskamren naturbrukslagning		Eidskola Nybygdskamren naturbrukslagning				Eidskola Nybygdskamren naturbrukslagning			Eidskola Nybygdskamren naturbrukslagning						
	☺	Prova och vinn friluftskläder - Tuxer																
	☺	Pinnbrödbakning och Skogsmulles Hinderbana - Friluftsförbundet Botkyrka																
	☺	Täljning workshops - Naturens hemligheter																
	☺	Prova-på Akut omhändertagande i vildmark - Adventure Medicine																
UTEMAT	☺		Utematlagning Naturens Hemligheter		Utematlagning Naturens Hemligheter				Vilda ätbara växter Naturens Hemligheter					Vilda ätbara växter Naturens Hemligheter				
	☺	Provcykla mountainbike - Lida																
MOUNTAINBIKE	☺	Provcykla lådcyklar - Livello bikes																
			Stigcykling Friluftsförbundet Botkyrka									Stigcykling Friluftsförbundet Botkyrka						
YOGA & MEDITATION			Yoga Jessica Hälsa		Guidad Skogsbad Caroline Palm													
	☺	Häng i hängmatta - Hammockdungen																
UTETRÄNING & HÄLSA		Core Jessica Hälsa																
		Massage & naprapati - Tullinge hälsokälla																
							Pilates Tullinge Hälsokälla				Bulletproof running Tullinge Hälsokälla							
					Löpintravaller Löpklubben									Backträning Löpklubben				
	☺	Klättertorn - Northern Hemisphere																
	☺	Slacklines																
ACCROPARK	☺	Accropark höghöjdsbana																
FRILUFTSGOLF	☺	Lida Friluftsgolf																
LIDA IDROTTSKYRKA	☺	Öppen kyrka - Botkyrka församling																
MAT	☺	Lida Vårdshus - lunch, fika och glass																