



Kungsbäckas

KUNGSBACKA
INNERSTADS AB



Lör 14 juni 2014
Kungsbäckas Torg

En heldag för
hela familjen!

Massor med
roliga aktiviteter
under hela dagen!

Det kostar ingenting
att vara med!

Mojje uppträder och alla
som vill får hans autograf!



Här i finns
all information
om familjefesten
den 14 juni
2014

Loppet är för
alla barn upp
till 130 cm.

Centimetermaran
firar 5-årsjubileum!!!

Alla barn
får medalj- &
diplom!



Säkra en plats för dina barn på: www.centimetermaran.nu



Välkommen till årets familjefest i Innerstaden!

För femte året i rad arrangerar vi Kungsbackas största familjeevenemang - Centimetermaran. Alla barn mellan 0 - 130 centimetrar får springa Centimetermaran på 42 195 centimeter (cirka 422 meter) och får därmed både startnummerlapp, guldmedalj, diplom, festis, och frukt.

Men själva loppet är bara en del av en heldag fylld med kostnadsfria, roliga, aktiviteter för syskonen, mamma & pappa, mor- & farföräldrar, kusinerna, vännerna och alla andra du känner. Vad sägs om en gratiskonsert med **Mojje**?

I denna bilaga hittar du all information du behöver om Centimetermaran, alla kringaktiviteter och hålltider.

Väl mött på Kungsbacka Torg!
Arrangörsgruppen för Centimetermaran 2014

Information om loppet

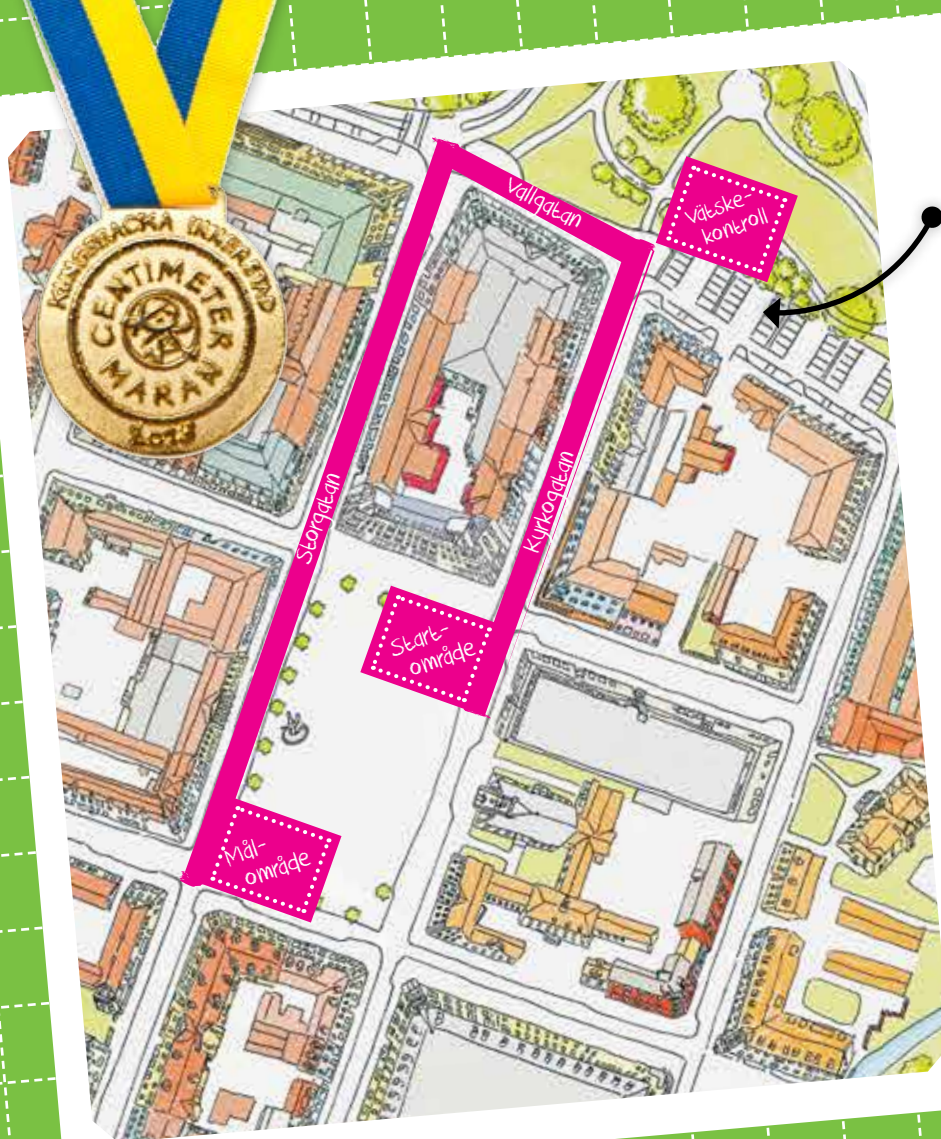
Datum:	Lördag 14 juni
Kringaktiviteter:	10.00-14.00
Nummerlappar:	10.00-12.00 vid Kungsbacka Turistbyrå
	12.20-12.30
Uppvärmning:	12.30-13.20
Starttider:	Kungsbacka torg
Startområde:	Badhusparken
Vätskekontroll:	Storgatan
Målområde:	

Bra att känna till inför loppet

- För alla barn under 130 centimeter.
- Konstnadsfritt deltagande.
- Föranmäl dina barn för att garantera plats.
- Alla får nummerlapp, diplom, guldmedalj och frukt.
- Du som förälder får springa tillsammans med dina barn.
- Fem startgrupper med max 200 barn i varje startgrupp.
- 30 funktionärer vid start, utmed banan och i mål enbart för barnens säkerhet.
- Uppsamlingsplats i kyrkan om ditt barn kommer bort.
- Extra stort startområde och målområde.
- Plåstertält finns vid scenen.

Scenprogram

- 10.00**
Invigning av Centimetermaran
- 10.05**
Barndance för alla barn med Nordic Wellness
- 10.20**
Hoppis & Skuttis för alla barn med Friskis & Svettis
- 10.35**
Konsert med Mojje
- 11.30**
Uppvisning av trupp gymnastik med GF Tempo
Uppvisning av trupp- och artistisk gymnastik med Tölö GF
- 12.05**
Dansuppvisning av Danseriet
- 12.20**
Uppvärmning med Wilnurs dans & event
- 12.30**
Centimetermaran.
(Startar gruppvis - blandade åldrar i varje grupp)
- 13.30**
Barnyoga för alla barn med Connect Yogastudio
- 13.45**
Lyengaryoga för vuxna med Yoga med Anna
(Med reservation för eventuella tidsförändringar)



Så här går maran:
(42 195 cm)

Starttider:
12.30-13.20

I startområdet framför torgscenen
startar gruppvis 200 barn tillsammans,
blandade åldrar.

Håll dig i närheten av startområdet
från klockan 12.30.

Kom i tid!

Anmälan

Säkra en plats för dina
barn genom att anmäla dem på:
www.centimetermaran.nu

Begränsat antal platser.

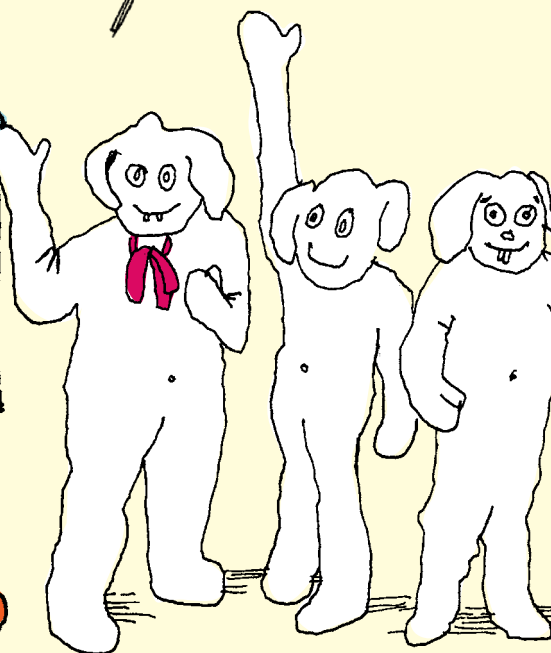
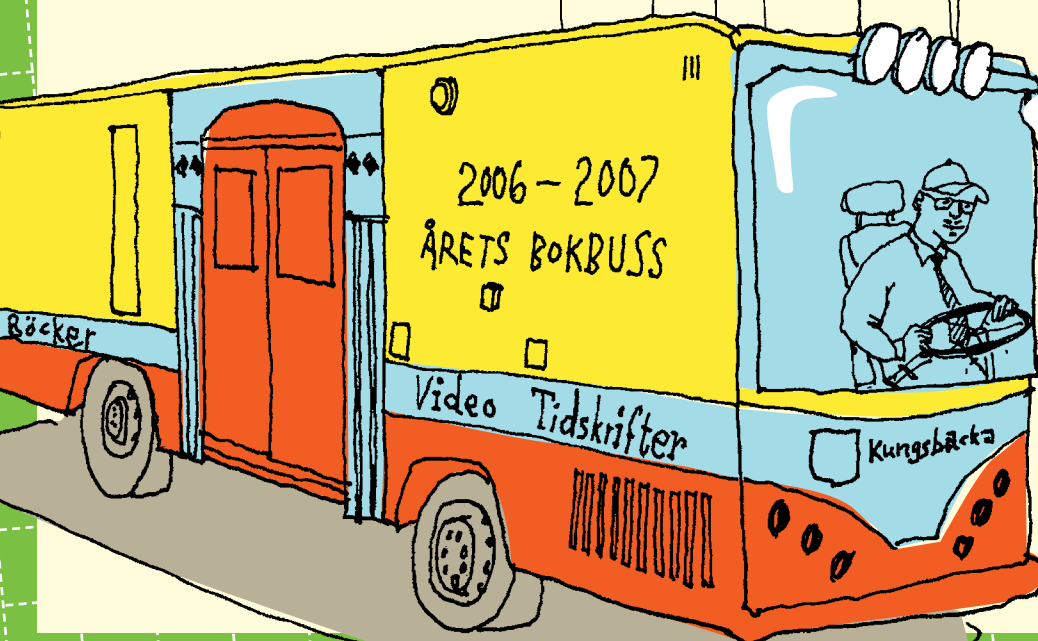
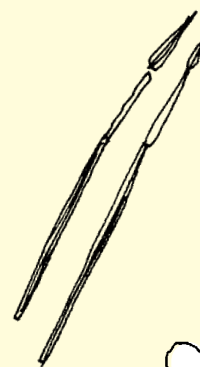
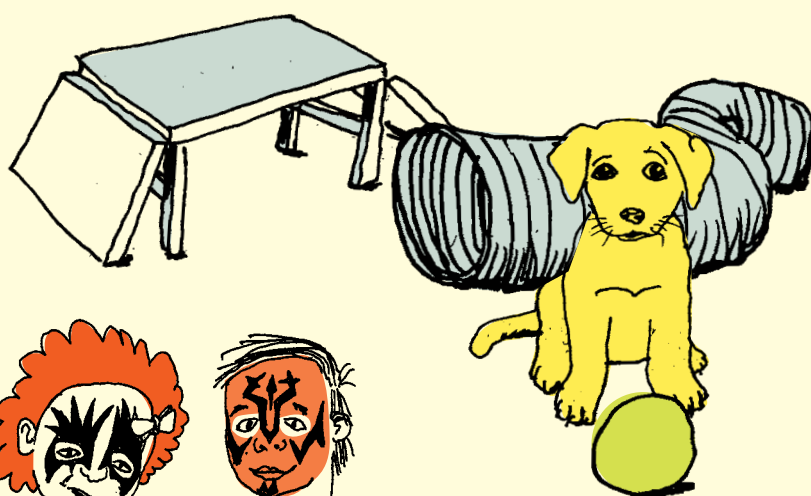
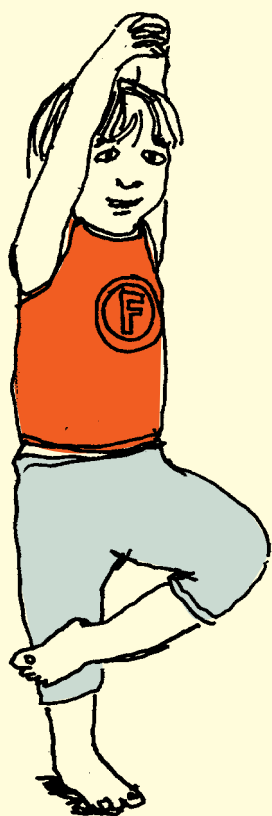
I mån av plats kan du göra en
efteranmälan på Kungsbacka Torg
från kl 09.00 - 11:45.

Du kan
skanna koden
med din mobil





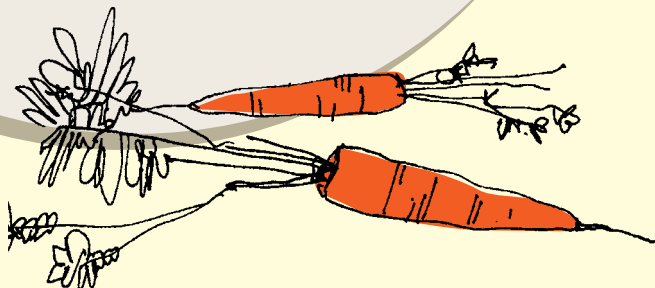
Prova något skoj på Centimetermaran



Barnkonventionen – alla barns rätt

- Barnkonventionen är en bok med regler som vuxna ska följa för att du som barn ska må bra. Reglerna kallas för rättigheter.
- Barnkonventionen säger till exempel att vuxna ska tänka på vad som är bäst för dig när de bestämmer saker och att du har rätt att vara så frisk som möjligt.
- Om du blir sjuk så har du rätt att få den bästa hjälpen för dig. Barnkonventionen säger också att du har rätt att leka, vila och ha roligt!

Vi har tänkt på de här reglerna och därför frågat barn i Kungsbacka vad de vill ha för roligheter på Centimetermaran.



Fånga rugbyboll

Visste du att en rugbyboll inte alls ser ut som en boll egentligen? Hos oss kan du känna på den ovala bollen och testa att kasta och fånga den. Kungsbacka Rugby Club bedriver rugbyverksamhet med träning och matcher från sju års ålder och uppåt.

Danseriet

Under dagen kan du titta på Danseriet som visar upp barndans, dansmix och ballet. Hos Danseriet kan du lära dig att dansa med glädje, kreativitet och kvalitet.

Se hundar göra tricks

Våra snabba och smidiga hundar hoppar över hinder, kryper genom tunnlar och tar sig fram längs slalombanor när det är dags för agility! Kungsbacka brukshundklubb är en av Svenska Brukshundklubbens lokala klubbar.

Måla ansiktet!

Vilket djur skulle du vilja se ut som, ett lejon? Eller kanske vill du ha ett clownansikte eller se ut som en sminkad rockstjärna? Hos oss kan du få ditt ansikte målat just så som du önskar. Frisk & Fräsch drivs av Solweig Tagesson som bland annat är makeupartist.

Var med och jympa

Hoppa och skutta med oss till musik. Friskis & Svettis är en ideell förening med 8 300 aktiva medlemmar i Kungsbacka. Förutom Hoppis & Skuttis varje vecka, anordnar vi också andra aktiviteter för barnen, till exempel Alla Barnen-dagen.

Kika in i bokbussen

Hos oss i bokbussen kan du lyssna på en spännande saga, läsa en god bok, lyssna på skön musik eller se en rolig film.

Se trampetthopp och trupp gymnastik

Se oss hoppa trampett och uppträda med våra trupp gymnastikprogram! Tölö GF är en gymnastikförening som har grupper inom bamse, barn- och ungdom, trupp- och artistisk gymnastik. GF Tempo är en gymnastikförening från Onsala som sysslar med trupp gymnastik. Vi har grupper från fyra år och uppåt. I vår förening kan du börja med gymnastik oavsett ålder och kunskap!

Yoga med Anna

Se oss visa upp Iyengaryoga som är en yogaform som lämpar sig både i förebyggande och rehabiliterande syfte för dig som är vuxen. Yoga med Anna drivs av Anna Sederowsky Lygner som är legitimerad sjukgymnast och internationellt certifierad Iyengaryogalärare.

Dansa med lejon

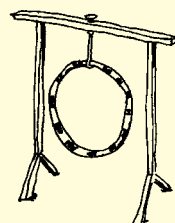
Dansa loss och ha kul med oss eller krama vårt stora, mjuka, gosiga lejon. Nordic Wellness tar dig på en fantasifull resa som går ut på att du genom rörelse och sång får upptäcka glädjen att röra dig till musik.

Krama de vita kaninerna

Under dagen får vi besök av stora, vita, mjuka, snälla kaniner. De kommer nog att vilja dansa med dig, kanske krama dig om du vill eller så kanske de springer jämte dig när loppet går.

Prova på barnyoga

Hur gör man lilla kobran? Eller uppochnedvända hunden? Hos oss kan du prova det och massa andra roliga yogaövningar. Connect Yogastudio erbjuder yoga som läker och stärker dig till kropp och själ.



Få din egen Löpsedel!

Välkommen till Norra Hallands tält på torget
och få din egen löpsedel:
"Jag sprang Centimetermaran 2014!"
Vi finns på plats mellan kl: 10 - 14.

Alla barn får ballonger!

Norra Halland delar ut ballonger till alla barn som
hälsar på i deras tält under Centimetermaran.

Håll koll på Kungsbacka

- Börja prenumerera!

Läs Norra Halland
när & var du vill!



Mojje kommer hit!

Hälsa på och få autograf
av Mojje.

Mojje uppträder
på Kungsbacka torg kl.
10.35.



Inför varje delstart... Uppvärmning tillsammans med Wilnurs dans & event!

Värm upp innan starten! Till härlig
musik dansar vi loss tillsammans
och kommer i stämning för loppet.



Wilnurs
dans & event

Kom och lek i Kungsbackas högsta sandlåda!

Viavest sätter upp stans
högsta sandlåda. De
300 första barnen får
dessutom var sin lek-
sakslastbil.



Madeleine Jonasson, 0300-83 78 21

Fri entré **Enjoy**

Kungsbacka torg
14 juni klockan 14-24
För alla åldrar

Artister
Scenprogram
Dansuppvisning
Ansiktsmålning
Dj:s

Skateramp
Poängpromenad
Fikatält
Backklättring
Dragspelsmusik



Arrangörer:
Lovisa Hedman & Thea Svensson
Ungdomar i samarbete med enheten Ung i Kungsbacka

**Mer information lämnas av:
Madeleine Jonasson, 0300-83 78 21**



Staden är till för alla

Barnkonventionen säger bland annat att alla barn har rätt till att leka, vila och ha roligt. Detta vill vi lyfta fram med Centimetermaran, Familjefestivalen och andra evenemang i Innerstaden. För besökaren är i stort sett alla aktiviteter kostnadsfria och finansieras med skattemedel, engagemang från lokala föreningar och företags-sponsorer. Kungsbacka - välkomnande och tillgänglig för alla!

Välkommen att skapa minnen för livet!



Arrangörer:



Kungsbacka

www.kungsbacka.se

**KUNGSBACKA
INNERSTADS AB**

www.innerstaden.se

Vad är en familjefest utan festliga tåg?

Tåget avgår från Kungsbacka Torg och kör sedan en charmig tur i centrala Kungsbacka.

Alla får plats!

Gratis avgångar var 20e minut.

Fota & tagga!

Fota det du gillar mest med Centimetermaran och tagga dina bilder på Instagram, Facebook, Pinterest och Twitter med: #Centimetermaran.



GÖR SÅ HÄR



Huvudsponsorer



NORRA HALLAND
Kungsbackas största tidning

Centimetermaran firar 5-årsjubileum



Centimetermaran och alla kringaktiviteter är numera en företeelse bland barnfamiljer i Kungsbacka. Under åren har vi köpt in hela 3800 glittrande guldmedaljer som pryder tusentals barnrum i Kungsbacka. Centimetermaran är inte bara ett uppskattat evenemang för barn och familj utan även en fantastisk samverkansplattform mellan kommunala förvaltningar, föreningsliv och näringsliv. Detta har bidragit till en mängd andra projekt för stadens utveckling. Väl mött!

Sponsorer

VIAVESTO **COPYSHOP**
 Capio  Husläkarna **Hemköp**

Anmäl dina barn på: www.centimetermaran.nu