

# Disker opp med felles trimturer

**Geir Kåre Henriksen og Sisa vil ha flest mulig med seg på sine ukentlige trimturer. Første tur går av stabelen i kveld.**

Av Tom Skoglund

tom@altaposten.no

Hver onsdag i tiden framover setter Sisa trimturer opp på menyen. Oppmøtet er utenfor lokalene i rådhuskjelleren – der som Juniorklubben tidligere holdt til – klokka seks, avslutning en time senere.

Det forteller nyslått aktivitetskoordinator Henriksen.

## Fint forsett

– De fleste, inkludert Sisa, har nyttårsforsett. Og et av våre nyttårsforsett er å få til felles trimturer, hvor vi tar en rusletur i sentrumsnære områder. Her skal alle kunne være med, og alle er derfor herved invitert, sier han.

Folkehelse- og trimaspektet er én ting, at slikt kan bedrives i fellesskap er et annet moment som gjør at aktiviteten passer som hånd i hanske for Sisas del:

– Grunntanken til Sisa er fellesskap, og det å drive fysisk aktivitet i fellesskap med andre er i seg selv givende. Vi har det mye gøy sammen på Sisa-aktivitetene, og jeg regner med at også dette blir både morsomt og hyggelig, sier Henriksen.

Når rusleturen rundes av åpnes det for kaffeslabberas på kultursenteret.

## Glede

Selv har Henriksen vært tilknyttet Sisa som frivillig i omkring to år. Han synes dette er knall å drive med:

– Gleden man får av å glede andre er bare helt fantastisk. Alt fra småting som å hjelpe med en søknad til større ting som å arrangere treff er virkelig givende, slår han fast.

I tiden framover vil det jobbes for å utvikle og øke aktivitetsnivået ytterligere. Kortene holdes



*AKTIV START PÅ ÅRET: Geir Kåre Henriksen og Sisa tilbyr felles trimturer hver onsdag i tiden framover. – Alle er velkommen til å hive seg med, sier han. (Foto: Tom Skoglund)*

foreløpig tett til brystet, men Henriksen forteller at det vil bli informert om dette etter hvert.

– Vi ønsker at senteret skal brukes av flest mulig, og inviterer derfor alle til å komme med forslag om aktiviteter vi kan ha hos oss. Ta gjerne kontakt, enten via kontaktinformasjonen som finnes på sisa.no, eller direkte med meg på 90796 974, sier Henriksen.

Fra torsdag 12/1 kl. 10.00:

# SALG!

## 40% 50%

-og billige  
godbiter fra  
kr. 20,-

Utvidet åpningstid  
på torsdag:  
Til kl. 17.00!

*Helene as*  
damemøte

Alta Sentrum • Tlf. 78 43 76 36