



DØRSTOKKMILA

...er både kort og lang ...
Ei miniavis for vaksne folk
som lurar på om ein skulle ta seg ein tur

KVA SKJER I SUMAR 2026

AKTIVITETAR - ARRANGEMENT



BUA®
ÅL



AKTIVITETAR

Frivilligsentralen

Kontoret opent alle kvardagar
unntatt måndagar. Tlf: 90 70 86 37.
Veke 29, 30 og 31: stengt

BUA ÅL

opent tysdag og torsdag
kl. 14.30-17.00, u.etg, Ål kulturhus
Gratis utlån inntil 1 veke.
Stengt veke 31

Badstugu Oppsjø vasspark

Drop-in desse torsdagane kl. 19-21:
2.juli, 16. juli, 30. juli og 13. august
Badstuguvert til stades - kr 60,-

Småjobbsentralen i Ål

Stengt i perioden 1.7.-31.7.26
Ynskjer du hjelp med små praktiske
oppdrag inne eller ute, kontakt
Servicetorget i Ål kommune,
tlf.: 32 08 50 00, kvardagar
kl. 9.00-15.00. Pris pr time er kr 200

Sommartrening med friskliv

Gratis for alle!

Kondisjonstrening kl. 15.30-16.30

oppmøte v Tanken Meieri:
1. juli, 8. juli, 15. juli, 29. juli,
5. august, 12. august.

Styrketrening kl. 10.00-11.00

oppmøte utanfor klubbhuset Bråta:
juli, 10. juli, 17. juli, 31. juli, 7. august,
14. august.



AKTIVITETAR

Sundrevandring

Oppmøte utanfor Ål kultuhus kl. 17.00

2. juli, 9. juli, 21. juli, 28. juli, 30. juli,

6. august, 13. august

Pris 100 - barn under 16 gratis - 90 min.

Ål Turlag

Detaljer finn du på facebook "Ål Turlag"

05.08. Rødungstølen - Bukketjødne

09.08. Bjøbergnuten i Hemsedal

12.08. Toviki - lungsdalshytta

23.08. Hovdastølane, Oppheimsstølane

26.08. Sulutjødn

Kårfolkurar

Oppmøte kl. 10.00 Sundrehallplassen

08.07. Vandring på Fiskeløkhovda

22.07. Bergsjø - Bukketjødne

05.08. Vedalie mot Versjøen

19.08. Mykingstølen - Skurvehovda

02.09. Helsingsetberget /kulturstig)

Trivselstrimmen på Bråta

Onsdagar kl. 11.00-13.00. Ferie i sumar.

Oppstart 12. august

Arr.: Pensjonistforbundet Ål, LHL Ål, Samklang
Turn, Hørselsforbundet Hol og Ål, Ål
frivilligsentral

Boccia på Bråta med LHL Ål

kl 12.00 torsdagar frå 6. august

Strikkekafé

Thon hotell Hallingdal torsdagar kl 11-14

Joker Torpo torsdagar kl 11-13

ARRANGEMENT



Dagkino fredagar i juli

Kino kl. 13.00 og kl. 13.30,

Kino på ettermiddag/ kveld onsdagar, fredagar, laurdagar og sundagar

Kinoprogram finn du på eBillett

Nesch-museet - omvisning

2.juli kl. 10, 7. juli kl. 13 og 9. juli kl. 15

Ål bibliotek - boksal i heile sumar

i foajeen på Ål kulturhus - Vipps

20.07. Operalåven

19.00 Marie Klåpbakken i trio

25.07. Ål-dagen

10.00-16.00 Salgsboder lokalmat og handverk - aktivitetar for borna

26.07. Nystølkyrkja

11.00 Olsokgudsteneste

29.07. Torpo Stavkyrkje

18.00 Olsokmesse

20.00 Konsert v Øyonn Groven Myren

01.08. Stølsdag Gaurhovd

11.00-14.00 Torpoåsen, Ål

08.08. Hellbillies på heimebane

Topcamp Hallingdal, dørene opnar 19.30

14.-16.08. Ål Cup fotball

Fotballfest som samlar lag frå både aust og vest på Bråta idrettsarena

15.08. Operalåven

kl. 18.00 Mellom Dovre og Blaafjellet

05.09. Generasjonsleikane

12.00-15.00 Bråta idrettsarena

Aktivitetar for store og små - gratis

06.09. Elvelangsløpet / Løp for Guri

Bråta idrettsarena - sjå annonse