

Kommunedelplan for idrett og fysisk aktivitet Øystre Slidre kommune 2022 – 2025

1. Innhald

1. Innhald
2. Innleiing og bakgrunn for planen
3. Planprosessen
4. Statlege og fylkeskommunale føringar
5. Idrett og fysisk aktivitet i andre planer i kommunen
6. Resultatvurdering av førre plan
7. Utviklingstrekk i kommunen
8. Stoda for idrett og fysisk aktivitet i kommunen
9. Analyse av behov for aktivitet og anlegg
10. Handlingsdel
 - 10.1 Mål og tiltak
 - 10.2 Nye anlegg
 - 10.3 Drift og vedlikehald
 - 10.4 Finansiering
11. Vedlegg
 - Vedlegg 1 Omgrep og definisjonar
 - Vedlegg 2: Detaljert resultatvurdering av anleggsutbygginga 2018-2021
 - Vedlegg 3: Detaljert resultatvurdering av delmåla 2018-2021

2. Innleiing og bakgrunn for planen

Denne planen er ein tematisk plan for idrett og fysisk aktivitet som skal vera eit styringsdokument for politikarar og administrasjon i kommunen, og eit verktøy for idrettsorganisasjonar og engasjerte innbyggjarar.

For å kunne søkje spelemiddel til anlegg for idrett og fysisk aktivitet, må anlegga vera nemnt i ein vedtatt plan som omhandlar idrett og fysisk aktivitet. Denne planen er å rekne som ein kommunedelplan i kommunens planstrategi.

Frå "den norske idrettsmodellen", Meld. St. 26:

- Alle skal ha mulighet til å drive idrett og fysisk aktivitet i form av trening og mosjon.
- Den frivillige, medlemsbaserte idretten skal sikres gode rammevilkår for å gi grunnlag for et omfattende og inkluderende aktivitetstilbud. Det legges særlig vekt på å utvikle attraktive tilbud til barn og ungdom.
- Regjeringen vil legge til rette for at personer med nedsatt funksjonsevne skal kunne delta i idrett og fysisk aktivitet ut fra sine ønsker og forutsetninger.
- Samfunnet skal være godt tilrettelagt for egenorganisert fysisk aktivitet.

Handlingsplanen skal rullerast årleg (jf. Plan og bygningsloven § 11-2,3), (sjå kapittel 10).

Utbygging av anlegg skal ta utgangspunkt i kva som trengs, og planen skal medverke til å unngå at prioriteringar blir gjort ut frå kortsiktige ynskje og særinteresser.

Tilrettelegging for idrett og fysisk aktivitet er viktige tiltak for ei betre folkehelse. Det er gjort forsøk på å estimere gevinsten av fysisk aktivitet i form av fleire leveår og betre livskvalitet i dei åra ein lever. Anslagsvis kan ein aktiv person vinne "8,5 kvalitetsjusterte leveår".¹

Helsedirektoratet tilrår at barn og unge bør delta i fysisk aktivitet med moderat eller høg intensitet i minimum 60 minutt kvar dag. I tillegg bør barn og unge utføre aktivitetar med høg intensitet minst tre gonger i veka, inkludert aktivitetar som gir større muskelstyrke og styrkjer skjelettet

- Om lag 80-90 prosent av barn i barneskulealder oppfyller tilrådingane om fysisk aktivitet.
- Halvparten av 15-åringane oppfyller tilrådingane.
- Blant vaksne er det om lag 30 prosent som oppfyller tilrådingane.

Samstundes blir det peika på at Helsetilstanden i Norge 2018 i hovudsak er god.

I 2017 var forventta levealder 84,3 år for kvinner og 80,9 år for menn. Dette er blant dei høgaste i verda.²

I ei tid med kropps- og helsefiksing er det viktig å halde fast ved at idrett og fysisk aktivitet har ein eigenverdi. Undersøkingar viser at om lag halvparten av dei som startar med organisert trening, vil slutte i løpet av relativt kort tid. Ein viktig grunn til fråfallet er for høg intensitet.³ Det viser seg at ønske om helseeffekt eller slankare kropp ikkje er nok for å vedlikehalde eller skapa varig endring – aktiviteten må gje noko meir. Verdiar som fokusert merksemd, at ein gløymer seg sjølv, sterke sanseopplevingar, leiken og samspelet med andre som frigjer ein frå rutinane i kvardagen. Og for barn og unge handlar det kanskje mest av alt om å få styrka livsmotet gjennom meistring

¹Sælensminde, K. og Torkilseng, E. Vunne kvalitetsjusterte leveår (Qalys) ved fysisk aktivitet. Helsedirektoratet 2010.

² Helsetilstanden i Norge. Folkehelse rapporten 2018.

³ Fysisk aktivitet og helse. Anbefalinger. Rapport 2/2000. Sosial og helsedirektoratet, 2000.

3. Planprosessen

Eit tverrfagleg planforum, leia av kulturansvarleg for idrett, har hatt ansvar for kommunedelplanarbeidet. Forumet har bestått av: Nicolay Flaaten (leiar av idrettsrådet), Liv Vingdal (folkehelsekoordinator), Inger Elisabeth Hilstad (avdeling for næring og byggesak), og Marit Karlberg (kulturansvarleg for idrett). Utvalet har hatt eitt møte.

Frivillige lag og organisasjonar, skular, barnehagar, samarbeidsutval og grendelag har hatt høve til å uttale seg til planen og å kome med innspel til handlingsprogrammet. Brev vart sendt ut 22.april med svarfrist 1.juni. Kommunen mottok 9 innspel innan fristen. 1. utkastet til planen vart behandla av kommunestyre-komiteen for oppvekst og kultur i møte 25.august og sendt ut til høyring i perioden 25.aug- 20.sept. Kommunen mottokinnspel og søknad. Planen vart vedtatt i kommunestyret 4.nov. 2021.

Avgjerdstid punkt	Milepæl	Kva skal vera gjort/gjerast	Ansvar	Vedtak
	22.april	Brev og info ut til lag og organisasjonar og på kommunen sine nettsider	Kultur	
	24.april	Kunngjering i avisa Valdres	Kultur	
	1.juni	Frist for innspel	Alle som vil høyrast i planprosessen	
3.juni		Sak om oppstart av planarbeid		Komiteen for oppvekst og kultur
	7.juni	Møte i tverrfagleg planforum	Kultur, Folkehelse, Plan/næring/ bygg, Idrettsråd	
	18.aug	Administrasjonen ferdig med planen	Kultur	
25.aug		Vedtak om å legge planen ut på høyring		Komiteen for oppvekst og kultur
	25.aug	Planen sendt ut på høyring	Kultur	
	24.sept	Høyringsfrist og søknadsfrist for spelemidlar	Høyringspartar og spelemiddelsøkjjarar	
	7.okt	Planen ferdig handsama frå administrasjonen	Kultur	
14.okt		Innstilling i saka om revidering av kommunedelplanen		Komiteen for oppvekst og kultur
4.nov		Endeleg vedtak for revidering av kommunedelplanen		Kommunestyret
	18.nov	Spelemiddelsøknadane for 2022 ferdig handsama frå administrasjonen	Kultur	
25.nov		Innstilling i saka om spelemidlar 2022		Formannskapet
16.des		Endeleg vedtak i saka om spelemidlar 2022		Kommunestyret
	15.jan	Frist for oversending av spelemiddelsøknadar til fylket.	Kultur	

4. Statlege og fylkeskommunale føringar

Statlege føringar

Følgjande lovar og rettleiingar gir føringar for kommunedelplan for idrett og fysisk aktivitet:

- Meld. St. 26 "Den norske idrettsmodellen". Kulturdepartementet 2012
- Meld. St. 19 (2018–2019) Folkehelsemeldinga — Gode liv i eit trygt samfunn
- Meld. St. 18 (2015–2016) Friluftsliv — Natur som kilde til helse og livskvalitet
- Meld. St. 10 (2018–2019) Frivilligheita – sterk, sjølvstendig, mangfaldig — Den statlege frivilligheitspolitikken
- Lov om folkehelsearbeid
- KUD: Bestemmelser om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet
- KUD: Føresegner om tilskot til løypetiltak i fjellet og overnattingshytter

I Nasjonale forventningar til regional og kommunal planlegging (plan og bygningsloven 6-1), skal kommunen legge til rette for fysisk aktivitet for heile befolkninga, mellom anna ved å sikre grøne område som er lett tilgjengelege og tilrettelagt for fritidsaktivitetar, idrett, lek og avkopling, og som er fri for forureining og støy. Friluftslivet sitt arealbehov skal ivaretakast.

KUD sine føresegner blir oppdaterte kvart år, og inneheld detaljerte retningslinjer som må følgjast for å kunne søkje om spelemiddel til eit anlegg. Her står følgjande overordna føremål: «Spillemidler til bygging og rehabilitering av idrettsanlegg skal bidra til infrastruktur som gir befolkningen mulighet til å drive fysisk aktivitet, både i regi av den frivillige, medlemsbaserte idretten og gjennom muligheten for egenorganisert, fysisk aktivitet. De viktigste målgruppene for bruk av spillemidler til idrettsformål er barn (6-12 år) og ungdom (13-19 år). I tillegg vil staten legge til rette for at personer med nedsatt funksjonsevne skal kunne delta i idrett og fysisk aktivitet ut fra sine ønsker og forutsetninger.

Anlegg i lokalmiljøet som stimulerer og tilfredsstillar barns behov for fysisk aktivitet i organiserte eller egenorganiserte former, prioriteres særskilt. Det er vidare et mål å utvikle anlegg som tilfredsstillar ungdommens behov for utfordringer og variasjon. Ungdom må gis mulighet til å medvirke i utforminga av anlegg. Anleggene bør fungere som gode sosiale møteplasser i lokalsamfunnene. Det er et grunnleggjende prinsipp at tilskudd i form av spillemidler ikke skal danne grunnlag for fortjenestebaserte eierformer eller omdannes til fortjeneste for private eiere.»

Fylkeskommunale føringar

Den nye fylkeskommunen arbeider med å oppdatere sine planer. Enn så lenge er det Oppland fylkeskommune sin "Strategiplan for idrett" 2012 – 2018 som gjeld. Målet for denne er å styrke Oppland som idrettsregion, bidra til ein sterk og mangfaldig lokalidrett, samt jobbe for ein god og samordna utvikling av idrettsanlegg. Fylkeskommunen prioriterer spelemiddelsøknadane etter følgjande kriterier:

1. Føringar frå Staten som følgjer det årlege tildelingsbrevet til fylkeskommunen
2. Tilleggssøknad (anlegg som har vorte vesentleg dyrare enn budsjettert, som kvalifiserar til minimum kr 25 000 i tilskot)
3. Anlegg for eigenorganisert aktivitet prioriterast, slik at søknadane får innvilga seinast andre år søkt. Dette gjeld:
 - a. Nærmiljøanlegg
 - b. Tettstads- og bynære friluftslivsanlegg
4. Nye trendar, klima-/miljøomsyn og andre politiske vedtakne satsingar.
5. Resten av tilskotssmidla som er til disposisjon, inkludert handlingsplan for store anlegg, fordelast tilnærma prosentvis mellom regionane i fylket basert på godkjent søknadssum. Kommunens prioritering og antall år søkt vektleggast.
6. Søknader frå frivillige organisasjonar prioriterast foran offentleg søkjar ved likheit i dei andre prioriteringane.

5. Idrett og fysisk aktivitet i andre planer i kommunen

Denne planen er ein kommunedelplan og er underlagt Kommuneplanen, som er styrande for all kommunal verksemd. Økonomiplanen er på same måte styrande når det gjeld økonomi. I **Kommuneplanen sin samfunnsdel 2020-2032**, er det fleire avsnitt som er relevante for denne planen:

Visjon, verdier og satsingsområde

Visjonen til Øystre Slidre er rein naturglede. Me vil arbeide for at flest mogleg skal få oppleve gleder ved å vera i storslåtte landskap utan skjemmaende inngrep og ureining. Kommunen, som nasjonalparkkommune i Langsua, forgard til Jotunheimen og med sine velholdne stølslandskap, byr på innhaldsrike og mangfaldige naturopplevingar gjennom alle fire årstider. Me vil at flest mogleg, og alle grupper, kan oppleve rein naturglede også i framtida; innbyggjar og deltidsinnbyggjar, unge og eldre, Øystre-slidringar og innflyttarar, nordmenn og flykningar, funksjonsfriske og personar med nedsett funksjonsevne

Gode lokalsamfunn

Fysisk aktivitet er viktig for alle menneske og er ei god helseforsikring. Ved å bruke kroppen kan me førebygge både fysiske og psykiske skader. Å kunne ta val, som betrar den generelle folkehelse, bør opplevast som ein reell moglegheit. Alle må bidra i arbeidet mot ei god folkehelse, ikkje berre helsetenesta. Her er også frivilligheit og kultur to viktige element. I Øystre Slidre har me ein god kulturskule, eit folkebibliotek, ein aktiv friviljugsentral og utstyrssentral. Det er fleire store idretts- og kulturarrangement gjennom året, der det blir lagt ned mange dugnadstimar. Det er eit godt jakt- og fisketilbod i kommunen, der mange innbyggjarar er aktive. Kommunen er rik på kulturminne og kulturmiljø – der har me eit ansvar for framtida, men det er og ein ressurs for rekreasjon og næringsutvikling.

- strategiar

- Me skal leggje til rette for fysisk aktivitet ved å ha gode idretts- og nærmiljøanlegg, stigar og løyper, som fremjar aktivitet hjå alle.
- Me skal vidareutvikle Furustrand som sentral møtestad, aktivitets- og friluftsområde.

Næringutvikling og innovasjon - strategiar

- Me skal sikre stabile ordningar for finansiering av fellesgode (stigar, løyper, toaletttilbod m.m.).

Øystre Slidre kommune sin **PLANSTRATEGI 2020-2024** seier dette, basert på **Folkehelseoversikt Helsetilstand og påvirkningsfaktorar i Øystre Slidre kommune 2019**:

4. Utviklingstrekk og utfordringstrategiar 4.1 Folkehelse

God folkehelse blir mellom anna skapa gjennom god samfunnsutvikling og tilrettelegging slik at innbyggjarane tek gode helseval. Det er viktig å drive med førebyggjande arbeid alt frå barnehagealder i staden for å måtte bruke tid på å «reparere». I 2019 har det blitt arbeid ut ei ny folkehelseoversikt.

Utfordringar:

- Einsemd.
- Låg inntekt, særleg hjå flyktningfamiliar.
- Skjermtid hjå unge er stadig aukande.
- Fedme og overvekt; høgare prosentdel overvektige gutar i ØSK enn elles i regionen og fylket.
- Muskel og skjelettplager, høgare enn elles i landet.
- Noko mindre fysisk aktivitet enn elles i fylket og landet.

I Øystre Slidre kommune sin **Kommunedelplan for helse- og omsorg 2015-2019 (2027)**, er det fleire føringar for arbeidet med folkehelsa:

4.2 Folkehelse

Folkehelse har vore eit satsingsområde i Øystre Slidre i mange år. Med ny folkehelselov skal folkehelse gjennomsyre arbeidet i kommunen på alle område, samtidig som den enkelte tenesta må jobbe målretta for å etablere tiltak retta mot innbyggjarane utifrå eit heilheitsperspektiv, som grupper og enkeltindivid.

Øystre Slidre kommune skal tilby oppfølging og meistringstiltak for inaktive barn og unge, personar med kroniske lidingar og eldre som bur i eigen heim.

Friskliv- og frivilligsentral kan bidra med tilbod og rettleiing for auka helse, deltaking og meistring.

Det skal leggjast til rette for gode oppvekstvilkår for barn og unge, herunder tilgang på frisk luft, godt inneklima, sunt kosthald og fysisk aktivitet.

Stig- og løypeplanen er under revisjon.

Her er omtale av nokre av dei ulike stig- og løypekategoriane henta frå høyringsutkast frå 21.05.21:

SKILØYPER

Skiløypenettet i kommunen er svært omfattande. Kommunen ser ikkje behov for større nyanlegg, men det er stadig behov for mindre endringar av eksisterande løyper, og nokre få nye. I tillegg til å vurdere innkomne forslag til endringar og nyanlegg av skiløyper, er det lagt opp til at ein i handlingsplanen skal ta ein gjennomgang av grendeløypene og fjerne dei som ikkje er preparert dei siste åra.

STINETT

Det er mange stiar i kommunen, både opparbeida av beitedyr og folk. Planen legg ikkje opp til å etablere nye stiar utover innspel i Beitostølsområdet. Kommunen har inngått eit samarbeid med prosjektet «Friluftslivets ferdselsårer». I dette prosjektet legg ein opp til å ta ut nokre mindre stigar i kart, få inn større stigar som ikkje ligg der, og merke desse på ein berekraftig måte

NÆRTURAR OG NÆRTUROMRÅDE

Det er viktig med gode turmoglegheiter i nærområda til folk, både fastbuande og fritidsinnbyggjarar. Ei satsing på nærturar er viktig for å kunne ivareta det lokale engasjementet og friluftsliv i nærturområda. Det er mange flotte turar som allereie er merka opp, og ved å gjere folk merksame på desse turane vil tilbodet nyttast av både lokale og tilreisande. Ved å nytte eksisterande, velprøvde digitale løysingar vil ein nå ut med info om merka nærturar, eksempelvis ut.no. Her kan ein legge inn info om turen og teikne ruta inn på kart.

SYKKELNETT

Sykling som aktivitet aukar og sykkeltilbodet i kommunen har eit stort forbetningspotensial. Sykkelplanen tek for seg samanbindingsveggar som gjør det mogleg å sykle rundturar. Gode turopplevingar på sykkel er noko som mange er opptekne av, og som mellom anna reiselivet etterspør. Hovudrutene for sykkel skal ha så høg opparbeidingsgrad at dei kan marknadsførast for, og nyttast av alle brukargrupper. I komande planperiode ynskjer ein satse på å vidareutvikle nettverket for familiesykling basert på stølsvegnettet vårt.

6. Resultatvurdering av førre plan

Kommunedelplanen for idrett og fysisk aktivitet i Øystre Slidre kommune 2018 – 2021 vart vedtatt i kommunestyret 21. des 2017.

Handlingsplanen i dokumentet vart sist rullert og vedtatt i kommunestyret 17.12.2020.

Planen har fungert som styringsdokument for sakshandsaming i høve til anleggsdelen, og som grunnlag for handsaminga av kulturtilskot. Dei fleste av dei ordinære anlegga og nærmiljøanlegga frå

førre planperiode er realisert. Detaljert resultatvurdering for anleggsutbygginga er gjennomgått i vedlegg 2.

Målsetjinga var å satse spesielt på barn og unge, fysisk inaktive og funksjonshemma, og det er i planperioden sett i verk tiltak både innanfor anlegg og aktivitetar for desse målgruppene. Sjå elles detaljert vurdering av delmåla frå førre planperiode i vedlegg 3.

7. Utviklingstrekk i kommunen

Folketal, aldersfordeling, busetjingsmønster og aktivitet må ligge til grunn for kor mange, og kva for type idrettsanlegg kommunen skal ha. Kommunen har to store idrettslag, Rogne IL og Øystre Slidre IL som samarbeider om aktivitetar. Det er eit ønske om at anlegga skal tene heile kommunen og samle utøvarane i dei enkelte idrettsgreinene. Samstundes tener også anlegga som møteplassar i grendene.

Vilja til å tilrettelegge anlegga for funksjonshemma er stor, men gjennomføringa er ikkje alltid like vellukka når ein ser på detaljar som dørstokkar og liknande.

Øystre Slidre har eit stort frivilligapparat som stiller opp med faste treningar i mange ulike idrettsgreiner, og kommunen har anlegg brukt til store nasjonale og internasjonale konkurransar. Stor aktivitet stiller krav til at anlegga står i samsvar med bruken. Øystre Slidre idrettsarrangement arrangerer to faste konkurransar kvart år på nasjonalt /internasjonalt nivå samt eit tilleggsarrangement som rullerast litt innafør ulike idrettsgreiner.

Øystre Slidre har god tradisjon for stor dugnadsånd og stor aktivitet i lag og organisasjonar, og særleg pensjonistane gjer ein stor innsats. Det kan sjå ut som dette er i endring. Folk ynskjer ikkje å binde seg til faste oppdrag slik som før. Det er eit viktig mål å rekruttere fleire til frivillig arbeid, spesielt ungdommar og unge vaksne

Blant innbyggjarane i Øystre Slidre er det mange aktive, men også inaktive, omtrent som landet elles. 72 % av niåringane i Øystre Slidre oppfyller krava til aktivitet, medan berre 32 % av 20 – 85 åringane rører seg nok. Folkehelseprofilen for Øystre Slidre kommune slår fast at talet på innbyggjarar over 80 år er signifikant høgare enn landsnivået og dette gjeld også talet på personar med plager og sjukdommar knytte til muskel- og skjelettsystemet. Talet på personar med psykiske lidningar er lågare, og luftkvaliteten i Øystre Slidre er, ikkje uventa, langt betre enn landsgjennomsnittet.

8. Stoda for idrett og fysisk aktivitet i kommunen

Kulturdepartementet sin registrering av anlegg i kommunen er å finne på <https://www.anleggsregisteret.no/> Kommunen er pr. 28.06.21 registrert med 121 små og store anlegg. 66 av desse er eigd av lag og organisasjonar, 24 av kommunen, 25 av private og halvoffentlege aktørar på Beitostølen og 6 eigd av DNT.

Aktivitet i lag og organisasjonar

Nedanfor er det lista opp lag og organisasjonar som driv med idrett og fysisk aktivitet.

Organisasjon	Vaksne medl.	Barn /ungdom	Aktivitet
Beito Skyttarlag	108	14	Skytetrening, lagmeisterskap, dugleiksmerkeskyting, skytingens dag, trening og eksamen for elgprøva
Fram Ungdomslag	12		Paintball, akedag og turar
Jotunringen	15		Dans
LHL Valdres	148		Individuell trening på fysioterapirommet
Melleheim Ungdomslag	22		Dans
*Rogne Idrettslag	170	170	Handball, fotball, ski, trim, styrketrening, svømming, barneleik mm.
Trudvang Skyttarlag	61	5	Skytetrening, jaktfeltskyting, feltstemner, klubbkveldar, opplæring av rekruttar
Valdres cheerleading klubb, Wildcats			Cheerleading
Valdres flue og castingklubb			Fluefisking
Valdres modellbilklubb			
Øystre Slidre 4H	6	25	Div. friluftslivsaktivitetar, kanoturar, ballspel, ski/akedagar, svømming m.m
*Øystre Slidre Helselag	44		Gågrupper, lågterskelaktivitet
*Øystre Slidre Idrettslag	254	399	Karate, fotball, handball, turn, ski, volleyball, allidrett, alpint, gubbetrim og dametrim, ope styrketreningsrom.
Øystre Slidre Jeger- og fiskeforening	216	63	Jegerprøvekurs, opplæringsjakt, opplæring i bruk av hund, jaktprøver med hund, skytetrening inkl. opplæring, skytestevner, opplæringsfiske, fiskedagar for familie, skule og barnehage.
*Øystre Slidre Revmatikerforening	51		Aktiv trening i varmt vatn. Gågruppe ein gong i veka.
Øystre Slidre Røde Kors Hj.k.	41		Førstehjelpsopplæring og kurs, beredskap heile året
Øystre Slidre Røde Kors Ung.		28	Temakveldar, overnattingstur i fjellet, sykkelturn
*Øystre Slidre Seniordans	20		Dans for 55 pluss. Sittedans på Helsetunet og Moatunet.
Øystre Slidre Skiskyttarlag	24		Trening og renn
Øystre Slidre Skyttarlag	97		Skytetrening og ulike konkurransar
*Øystre Slidre-spel- og dansarlag	74	32	Dans

Laga som er merka med * har oppdatert medlemsinformasjon.

Organiserte, kommunale tilbod

- Dansegrupper i Øystre Slidre Kulturskule
- Offentleg bading på ØSUS
- Trim i gymsalen på ØSUS måndagar og tysdagar
- Balansetrening på Tingvang tysdagar
- FYSAK i skulen
- Gruppetilbod på frisklivscentralen
- Nærturar i fleire grender

Kommersielle tilbod

- Beitostølen Helsesportsenter har hatt offentlig bading to dagar i veka. Pr. 15.06.21 er det stengt for offentlig bading pga Covid-pandemien.
- Radisson SAS hotellet på Beitostølen - svømmehall og treningsstudio er ope for publikum heile året.

- Myhre gard i Skammestein har ridesenter og innandørs ridehall.
- Beitostølen Skiheiser AS har fleire slalåmbakkar på Beitostølen og i Raudalen.
- Grønolen fjellgard – fjellguiden
- Beito aktiv – klatring, juvvandring og rafting
- Bike Beitostølen – fjellsykling
- Beito husky tours – hundekøyring
- Det er også ulike yogatilbod på Beitostølen

Tilrettelegging for uorganisert aktivitet

I tillegg til det organiserte tilbodet, har kommunen ei rekke velforeiningar/grendelag som legg til rette for fysisk aktivitet i nærmiljøet: Heggenes Vel, Høvshaugen Vel, Krøsshauken Vel, Midtre Hegge og Dale grendelag, Moane Vel, Solhauglie vel, Stølsie vel, Vangsjøen vel og Volbu Grendelag.

Både Øystre Slidre fjellstyre og fleire grunneigarlag har lagt til rette for jakt og fiske, både med kortsal og med fysisk tilrettelegging for fiske. Fjellstyret har også arbeidd aktivt med tilrettelegging for friluftsliv i statsalmenninga. Det kan nemnast tiltak som å sette

opp gapahukar, ha opne buar, merke turstigar, bygge bruer, leggje til rette for fiske, lage badeplassar og rasteplassar.

Om sommaren er det mogleg med bading og vatnaktivitetar på Furustrand, eit kommunalt nærmiljøanlegg med sandstrand, stupetårn, grasmatte og sandvolleyballbane, båtbyggje og kanobryggje.

Nærmiljøanlegga knytt til skular og barnehagar opnar for aktivitet året rundt, både i og utanfor skuletida.

Frisklivsrettleiaren stimulerer innbyggjarane til sunne levevanar gjennom trimtilbod og kosthaldsrettleiing.

Fjellstafetten er eit samarbeid med fjellstyret og idrettslaget der kommunen legg til rette med merking, skilting og konkurransar. 12 turmål kvar sommar med postkasse og registreringsbok.

Det svært gode skiløypetilbodet i kommunen er også resultatet av innsatsen frå mange frivilljuge i løypelaga, Beitostølen løypeforening, Yddin og Javnlie løypelag og Melladn turløyper.

9. Analyse av behov for aktivitet og anlegg

Behovsanalyse for aktivitetar og anlegg:

Dei ulike aktivitetane / anleggstypene er sett opp i alfabetisk rekkefølge.

Allidrett

Øystre Slidre Idrettslag og Rogne Idrettslag driv både med allidrettsaktivitetar for barn i skulealder. Desse aktivitetane blir tilrettelagt for funksjonshemma. Skulane har gode nærmiljøanlegg til ulike aktivitetar.

Alpint / snøbrett

Beitostølen Skiheiser AS har i dag fleire slalåmbakkar både på Beitostølen og i Raudalen.

Dans

Lag som Seniordansen, Jotunringen, Melleheim Ungdomslag og Øystre Slidre Spel og dansarlag driv jamnleg dansetrening og kurs for medlemmer og andre. Dei held til i festsalen på Tingvang, Solhaug samfunnshus og Herangtunet.

E-sport

Kommunen søkjer å opprette folkehøgskule med fokus på digitale retningar, naturopplevingar og paraidrett inkludert E-sport. Skulen vil ha kapasitet for 120 elevar, der 30-40% kan ha nedsett funksjonsevne. Dersom skulen blir ein realitet, vil det bli behov for ein aktivitetssal i nærleiken av skulen.

Fotball

Kommunen byr på eit godt utval av fotballbanar. Det er stort aktivitetsnivå på grasbanen på Storefoss og på kunstgrasbanen i Rogne. Det er også grusbakkar på Storefoss, Lidar og Rogne skule, og ballbinge på ØSUS og Rogne. Øsil har bygd nytt klubbhus, og Ril har rehabilitert klubbhuset på Solhaug. ØSIL og RIL samarbeider om fotballtilbodet.

Frisbeegolf

Frisbeegolf har teke av som fritidsaktivitet dei siste åra. Beitostølen skistadion har tilrettelagt bane med ni korger. ØSUS har også sett opp fire korger på skuleområdet.

Friidrett

Rogne idrettslag har dei siste åra fått i gang friidrettsgruppa si, og Øystre Slidre Idrettslag har også ei friidrettsgruppe.

Friluftsliv

Kommunen reviderer no stig- og løypeplanen. Det blir arbeidd aktivt med merking og tilrettelegging av fjellturar i samband med fjellstafetten og med tilrettelegging for sykling i stølsområda. Prosjektet **friluftslivets ferdselsårer** skal skaffe oversikt og digitalisere stigar som fins i Øystre Slidre, og foreslå nye nærturar og rundløyper.

Fleire lag er aktive i forhold til friluftsliv.

Frivilligsentralen tilbyr nærturar og fjellturar.

Furustrand er eit kommunalt nærmiljøanlegg med sandstrand, stupetårn, grasmatte for allsidig leik, sandvolleyballbane, båt- og kanobrygge. Ved utstyrssentralen ved aktivitetshuset kan ein låne trugar, treningsutstyr, ski, telt, lavvo, gåstavar, skøyter, sykklar, kano og kajakkar. Det er tilbod om **Stolpejakt** på Beitostølen og Heggenes.

Handball

Øystre Slidre idrettslag og Rogne idrettslag har baa handballag. Trening og kampar går føre seg på Beitostølen Helsesportsenter, gymsalen på Rogne skule og i Valdres storhall på Leira.

Hopp

Hoppanlegget på Storefoss har fire bakkar med lys, men er ikkje i bruk til skihopping.

Langrenn / Skiløypenettet / Skiskyting

Det er to skiløypeanlegg med lys i kommunen; Storefoss (1,3 km.) og Beitostølen (10 km.).

Øystre Slidre Idrettslag har worldcupløyper på Beitostølen og rulleski/rullestolløype ved stadion som kan nyttast både for rulleskibrukarar og funksjonshemma om sumaren.

På Storefoss finst det eit mindre treningsanlegg for skiskyting med seks skiver for yngre skiskyttarar.

Rogne idrettslag ynskjer å bygge ny lysløype i området Rogne skule/Solhauglia.

Riding

Det er utandørs ridebane/tilbod om rideturar ved Beitostølen Helsesportsenter, Okshovd Gard og Myhre gård. Sistnemnde har også bygd innandørs ridehall.

Roing / padling

Beitostølen Helsesportsenter har eit ro-/padleanlegg ved Bamseljtjern. Furustrand friluftsområde har kano-, kajak- og båtutleige, samt båtbyggje og kanobryggje tilrettelagt for funksjonshemma. Brygga treng rehabilitering.

Rullebrett

Kommunen opna ny skatepark ved Gapahuken i 2018. Alle tre skulane har skaterampe eller andre element for bruk med skateboard eller sparkesykkel.

Skyting

Kommunen har tre skyteanlegg; i Beito, på Trudvang og i Moane. I tillegg har jeger- og fiskeforeninga ein jegertrappbane og ein viltmålbane ved Dalsåne i Dale. Alle skyttarlaga har delvis gått over til ny teknologi, dvs. elektroniske skiver.

Skøyter

Det blir lagt til rette for skøytebanar på skulane som også har skøyter til utlån, og på Heggebø, men det er ikkje noko aktivt skøytemiljø i kommunen.

Styrketrening

Det er styrkerom i Øsil sitt klubbhus på Storefoss, på Solhaug hjå Rogne idrettslag og i kjellaren på helsehuset i regi av Frisklivssentralen.

Sykling

Beitostølen Trail Arena er eit sykkelløypenett kring Beitostølen sentrum, som er ope for alle og delvis universelt utforma.

Symjing

Beitostølen Helsesportsenter har symjehall med internasjonale mål, i tillegg til eit mindre oppvarma basseng tilrettelagt for handikappa. Bassenga er ope for publikum to dagar i veka. Begge bassenga er rehabilitert i denne perioden. Symjehallen på barne- og ungdomsskulen er også rehabilitert, og er open to kveldar i veka. Rogne idrettslag har det tekniske ansvaret for dette tilbodet. Det blir gjeve tilbod om barne- og babysymjing. Furustrand har gode mogelegheiter for utandørs symjing.

10. Handlingsdel

10.1 Mål og tiltak

Overordna mål

Øystre Slidre Kommune sitt overordna mål for planperioden 2022 – 2025 er:

Fysisk aktivitet for alle

Hovudmålgrupper

Barn og unge

Kommunen si viktigaste satsing er å leggje til rette for fysisk aktivitet for barn og unge. Grunnlaget for gode vanar og dei unges fritidsinteresser blir lagt i tidleg skulealder. Statens råd for ernæring og fysisk aktivitet anbefalar barn i Noreg å vera i aktivitet, minst 60 minutt kvar dag. Målingar viser at jenter er mindre aktive enn gutar.

Strategi:

- Barn og unge blir prioritert ved tildeling av tilskot til frivillige lag og organisasjonar.
- Lag og organisasjonar skal stimulerast til å ha eit mangfald av aktivitetstilbod, der også dei uorganiserte blir teke vare på.
- Frivillige lag og organisasjonar betaler inga leige av kommunale gymsalar.
- Alle grunnskuleelevane skal få dagleg fysisk aktivitet.
- Barna i barnehagen skal bli stimulerte til å drive med ulike former for fysisk aktivitet.
- SFO skal leggje til rette for fysiske aktivitetar i samarbeid med idrettslaga.
- Lag og foreiningar skal vere bevisste m.o.t. å bruke ungdom som ein ressurs og gje dei høve til å få praksis som hjelpeinstruktør eller trenar. Laga bør óg velje ungdom inn i styret.
- Kommunen skal arbeide for vidareføring av gang- og sykkelveg langs heile RV 51.
- Halde fram med å byggje og vedlikehalde dei gode nærmiljøanlegga ved skulane.

Fysisk inaktive

Undersøkingar viser at om lag halvparten av dei som startar med organisert trening, vil slutte i løpet av relativt kort tid. Ein viktig grunn til fråfallet er for høg intensitet. Lågterskeltilbod ser ut til å fungere best. Dei er kjenneteikna av at dei er tilpassa og vald av den enkelte, og at aktiviteten drivast i nærmiljøet saman med andre. Tilhøyrgheit og fellesskap aukar glede og motivasjonen, og er, saman med tett oppfølging og støtte, sentrale faktorar for å redusere fråfall.

Strategi:

- Oppretthalde folkehelsekoordinator/ frisklivsrettleiar.
- Oppretthalde tilbod om fysisk aktivitet for vaksne gjennom frivilligsentralen.
- Turopplegga rundt Fjellstafetten skal først vidare.
- Lag og organisasjonar blir stimulert til å opprette grupper med lågterskelaktivitet og kan søkje om støtte til dette.

Funksjonshemma

Arbeidet med å leggje til rette for at anlegg og aktivitetar skal kunne nyttast av alle, også dei funksjonshemma, er ein kontinuerleg prosess.

Strategi:

- Alle kommunale bygg skal ha universell utforming og aktivitetstilboda skal tilpassast alle brukargrupper.

- Det blir stilt krav om at alle anlegg som mottok spelemiddel må vere tilpassa dei som er bevegelsehemma.
- Aktivitetstilbod for funksjonshemma blir prioritert ved tildeling av tilskot.

Kommunen si viktigaste oppgåve er å gje innbyggjarane høve til å drive fysisk aktivitet ut i frå egne føresetnader. Lågterskeltilbod og aktivitetstilbod som vender seg mot den inaktive delen av befolkninga, skal prioriterast. Samstundes er det viktig at kommunen kan tilby barn og unge og funksjonshemma eit variert og godt aktivitetstilbod med vekt på breiddeidrett og mangfald.

Prioriterte aktivitetar

Mål og delmål for planperioden

Mål	Delmål
Leggje til rette for eit godt samarbeid med reiselivet, frivillige lag og organisasjonar, grendelag og vel om utbygging og drift av anlegg og gjennomføring av tiltak.	<ul style="list-style-type: none"> - Samarbeide med løypelaga og reiselivet i kommunen om skiløypenettet og gje økonomiske tilskot - Samarbeide med idretten og reiselivet om utviklinga av Beitostølen stadion - Samarbeide med fjellstyret, reiselivet og idrettslaga om Fjellstafetten og liknande tiltak - Gje tilskot til lag og organisasjonar som gjer ein innsats for tilrettelegging for idrett og fysisk aktivitet - Hjelp til med marknadsføring av tiltak og treningstilbod m.a. på kommunen sin heimeside
Sikre areal til idrett og fysisk aktivitet	<ul style="list-style-type: none"> - Ta vare på friluftssinteressene gjennom arealforvaltninga - Sette av friareal / nærmiljøområde i alle nye bustad- og hytteområde
Utvikle gode oppvekstmiljø for barn og unge	<ul style="list-style-type: none"> - Samordne skulen, barnehagen, grendelaga, idretten og friluftslivet sine behov - Elevane skal ha dagleg fysisk aktivitet i skuletida
Stimulere alle deler av befolkninga til friluftsliv og fysisk aktivitet	<ul style="list-style-type: none"> - Stimulere til aktiv bruk av naturen, m.a. gjennom tilskott til rydding og merking av turstigar - Stimulere heile befolkninga til å gå på tur, m.a. gjennom tilrettelegging for Fjellstafetten og Stolpejakt. - Gje tilskott til lag og organisasjonar som set i gang lågterskeltilbod - Marknadsføre tiltak og arrangement gjennom sosiale media og kommunen sin heimeside - Stimulere til fellestreningar og møter på tvers av aktivitetar
Leggje til rette for at funksjonshemma skal kunne nytte eksisterande og planlagde anlegg	<ul style="list-style-type: none"> - Ta omsyn til funksjonshemma ved rehabilitering og bygging av nye anlegg - Stimulere satsinga på Beitostølen som reisemål for funksjonshemma - Støtte opp om Beitostølen helsesportsenter

Årlege tiltak

- Folkehelse, fjellstafett og friskliv
- Kulturtilskot og driftstilskot til lag og organisasjonar som driv med idrett og fysisk aktivitet
- Hjelp med søknadsprosessen for organisasjonar som vil søkje spelemiddel til anlegg
- Leige av grunn til skiløypene på Beitostølen
- Tilskott til løypekjøring av skiløypenettet
- Tilskott til arrangements-koordinator. Arrangementskoordinatoren er tilsett i Øystre Slidre Idrettsarrangement og har ansvar for gjennomføring av dei store meisterskapa på Beitostølen

10.2 Nye anlegg

Prioriterte anlegg

Anlegg for barn og unge

Kommunen vil prioritere nærmiljøanlegg og ordinære anlegg som legg til rette for varierte aktiviteter sommar og vinter for målgruppa barn og ungdom. Anlegga skal òg fungere som sosiale møteplassar.

Anlegg tilrettelagt for uorganisert aktivitet

Det er viktig med anlegg som fangar opp dei som ikkje er tiltrekt av dei tradisjonelle idrettane. Rydding og merking av turstigar og skiløyper vil òg vere ei prioritert oppgåve for å nå desse gruppene.

Anlegg for internasjonale renn

Kommunen vil støtte opp om arbeidet med å leggje til rette for at Beitostølen ski- og skiskyttarstadion kan arrangere store meisterskap også i åra framover.

Planlagde ordinære anlegg i perioden 2022-2025:

Eigar/utbyggar	Anlegg	Stad	Total kostnad	Kan søkje om	Søkjeår	Søknadsstatus
Øystre Slidre kommune	Symjehall, rehabilitering	Øystre Slidre ungdomskule	4.761.808	1.587.000	2022	Godkjend, fornya
Øystre Slidre kommune	Terrensykkelløype	Beitostølen Trailarena	2.581.165	700.000	2022	Godkjend, fornya
Beitostølen stadion	Rulleskiløype, rehabilitering	Beitostølen stadion	1.156.250	385.000	2022	Godkjend, fornya
Øystre Slidre kommune	Turveg	Rjupetjednet	610.678	305.000	2022	Godkjend, fornya
Beitostølen stadion	Lysløype, rehabilitering	Beitostølen stadion	1.420.188	473.000	2022	Ikkje godkjend, fornya
Beitostølen stadion	Skiløype, etablering av ny trasé	Beitostølen stadion	625.000	208.000	2022	Ikkje godkjend, fornya
Mellad'n turløyper	Garasjebygg til løypekøyring	Yddin	1.100.000	366.000	2022	Ny
Øystre Slidre kommune	Skibru Menkelie	Beitostølen	5.700.000	500.000	2022	Ny
Øystre Slidre kommune	Skibru Finntøpplie	Beitostølen	6.200.000	500.000	2022	Ny
Øystre Slidre kommune	Skiløyper Finntøpplie	Beitostølen			2022	Ny
Øystre Slidre kommune	Dagsturhytte	Heggenesområdet	1.200.000	400.000	2022	Ny
Øystre Slidre kommune	Lager til padleutstyr, rehabilitering	Furustrand	200.000	66.000	2022	Ny

Øystre Slidre kommune	Sanitæranlegg, rehabilitering	Furustrand	200.000	66.000	2022	Ny
Beitostølen stadion	Servicebygg	Beitostølen stadion	1.000.000	333.000	2023	Ny
Øystre Slidre kommune	Baderampe for rullestol	Furustrand	2.100.000	700.000	2023	Ny
Øystre Slidre kommune	Padleanlegg	Furustrand	3.000.000	1.000.000	2023	Ny
Beitostølen stadion	Gapahuk	Beitostølen stadion	130.000	43.000	2024	Ny
Rogne idrettslag	Lysløype	Solhauglie	2.200.000	700.000	2025	Ny
Øystre Slidre kommune	Aktivitetshall	Heggenesområdet	15.600.000	4.000.000	2025	Ny

Planlagde nærmiljøanlegg i perioden 2022-2025:

Eigar/utbyggjar	Anlegg	Stad	Total kostnad	Kan søkje om	Søkjeår	Søknadsstatus
Rogne idrettslag	Sykkelpark(Pump track)	Rogne skule	800.000	300.000	2022	Godkjend, fornya
Beitostølen stadion	Diskgolf	Beitostølen stadion	332.679	166.000	2022	Godkjend, fornya
Rogne idrettslag	Sykkelløype	Rogne skule	210.000	105.000	2022	Godkjend, fornya
Beitostølen stadion	Sykkelpark	Beitostølen stadion	241.250	120.000	2022	Godkjend, fornya
Øystre Slidre kommune	Sandbane	Furustrand	400.000	200.000	2022	Ny
Øystre Slidre kommune	Turveg	Furustrand	600.000	300.000	2023	Ny
Øystre Slidre kommune	Turveg, lysanlegg	Furustrand	600.000	300.000	2023	Ny
Øystre Slidre kommune	Turveg, gapahuk	Furustrand	100.000	50.000	2023	Ny
Øystre Slidre kommune	Ballslette	Furustrand	100.000	50.000	2023	Ny
Beitostølen stadion	Aktivitetspark	Beitostølen stadion	390.000	195.000	2023	Ny

Beitostølen stadion	Sykkelløype	Beitostølen stadion	365.000	182.000	2023	Ny
---------------------	-------------	---------------------	---------	---------	------	----

10.3 Drift og vedlikehold

Det er anleggseigar / utbyggjar som er ansvarleg for drift og vedlikehold av anlegga.

10.4 Finansiering

Statleg finansiering:

Kommunar, lag og organisasjonar kan søkje spelemiddel hjå Kulturdepartementet. Søknaden skal gå i gjennom kommunen og fylket, og vera med i rulleringa av kommunedelplanen for idrett og fysisk aktivitet.

For å kunne søkje, må ein oppfylle kriteriene i "Føresegner om tilskot til anlegg for idrett og fysisk

aktivitet" frå KUD. Kommunen hjelper til med søknadsarbeidet.

Kategoriane er ordinære anlegg og nærmiljøanlegg.

For førstnemnde kategori er hovudregelen at ein kan søkje om inntil 1/3 av godkjend kostnad til bygging/ og eller rehabilitering. Nedre grense for godkjend kostnad er kr. 150.000, med enkelte unntak. Maksimalt tilskot er basert på dei satsane som gjeld det året søknaden blir løyvd tilskot. For somme anleggstypar er det fastsett særskilte maksimale tilskot.

For nærmiljøanlegg kan ein søkje om inntil 50 % av godkjend kostnad. Maksimalt tilskot er kr. 300.000. Nedre godkjende totalkostnad er kr. 50.000.

11. Vedlegg

Vedlegg 1 Omgrep og definisjonar

Fysisk aktivitet

Med fysisk aktivitet forstår ein eigenorganiserte trenings- og mosjonsaktivitetar og aktivitetar prega av leik

Idrett

Med idrett forstår ein aktivitet i form av trening, eller konkurranse i den organiserte idretten.

Idrettsanlegg

I fordeling av spelemiddel nyttar Departementet to ulike klassifiseringar av idrettsanlegg:

Nærmiljøanlegg
Ordinære anlegg

Nærmiljøanlegg er anlegg eller område tilrettelagt for eigenorganisert fysisk aktivitet, i tilknytning til bu - og/eller opphaldsområde. Anlegga eller områda skal vera fritt allment tilgjengeleg, primært for barn og ungdom, men også øvrig lokalbefolkning.

Ordinære anlegg er anlegg for organisert idrett og fysisk aktivitet samt eigenorganisert fysisk aktivitet.

Lågterskelaktivitet

Tilrettelagt aktivitet for personar som i utgangspunktet er inaktive, ved at ulike barrierar er forsøkt bygd ned. Aktivitetane krev lite utstyr, og ingen spesielle ferdigheiter. Dei kan vere gratis eller ha låg pris, og vere let tilgjengelege både fysisk, sosialt og kulturelt.

Universell utforming

"Med universell utforming menes utforming eller tilrettelegging av hovedløsningen i de fysiske forholdene slik at virksomhetens alminnelige funksjon kan benyttes av flest mulig" (NOU 2005:8)

Vedlegg 2: Detaljert resultatvurdering av anleggsutbygginga 2018 - 2021

Det er fullført 7 prosjekt i perioden. Det har blitt utbetalt kr.9.106.855 i spelemiddel frå fylket, og utbetalt kr. 150.000 i kommunale tilskot. I tillegg er det avsett kr. 280.000 av kommunale midlar til søknader som vart sendt i 2021.

Ordinære anlegg

Anlegg	Eigar	Status	Kommunal støtte 2018 - 2021	Spelemidler frå fylket 2018-2021
Øystre Slidre skatepark	Øystre Slidre kommune	Fullført	356.000 (i førre periode)	300.000
Storefoss klubbhus	Øystre Slidre idrettslag	Fullført	716.000 (i tidlegare perioder)	1.596.000
Rogne klubbhus, lager/garderober, rehabilitering	Rogne idrettslag	Fullført	50.000	177.855
Rogne klubbhus, Styrkerom	Rogne idrettslag	Fullført	50.000	62.000
BHS terapibad, rehabilitering	Beitostølen helsesportsenter	Fullført		1.400.000
BHS Symjehall, rehabilitering	Beitostølen helsesportsenter	Fullført		5.571.000

Nærmiljøanlegg:

Anlegg	Eigar	Status	Kommunal støtte 2018-2021	Spelemidler frå fylket 2018-2021
Storefoss lysløype, rehabilitering	Øystre Slidre idrettslag	Fullført	50.000	117.000

Vedlegg 3: Detaljert resultatvurdering av delmåla 2018-2021

Mål og delmål for planperioden

Mål	Delmål	Evaluering
Legge til rette for eit godt samarbeid med reiselivet, frivillige lag og organisasjonar, grendelag og vel om utbygging og drift av anlegg og gjennomføring av tiltak.	<ul style="list-style-type: none"> - Samarbeide med løypelaga og reiselivet i kommunen om skiløypenettet og gje økonomiske tilskott - Samarbeide med idretten og reiselivet om utviklinga av Beitostølen skistadion - Samarbeide med fjellstyret, reiselivet og idrettslaga om Fjellstafetten og liknande tiltak 	Delmåla er gjennomført i perioden og bør halde fram.

	<ul style="list-style-type: none"> - Gje tilskott til lag og organisasjonar som gjer ein innsats for fellesskapet - Hjelpe til med marknadsføring av tiltak og treningstilbod m.a. på kommunen sin heimeside 	
Sikre areal til idrett og fysisk aktivitet	<ul style="list-style-type: none"> - Ta vare på friluftinteressene gjennom arealforvaltninga - Sette av friareal / nærmiljøområde i alle nye bustad- og hytteområde 	Målet blir tatt omsyn til i arealforvaltninga og bør halde fram.
Utvikle gode oppvekstmiljø for barn og unge	<ul style="list-style-type: none"> - Samordne skulen, barnehagen, grendelaga, idretten og friluftslivet sine behov - 	Målet har prioritet i kommunen. Delmål 1: På grunn av trong kommuneøkonomi har dei kommunale spelemidlane falle bort siste året. God dialog mellom partane i samband med revidering og rullering av kommunedelplanen, og også kommunen sin oversiktlege storleik gjer delmål 2 mogleg å nå. Målet bør halde fram.
Stimulere alle deler av befolkninga til friluftsliv og fysisk aktivitet	<ul style="list-style-type: none"> - Stimulere til aktiv bruk av naturen, m.a. gjennom tilskott til rydding og merking av turstigar - Stimulere heile befolkninga til å gå på tur, m.a. gjennom tilrettelegging for Fjellstafetten. - Gje tilskott til lag og organisasjonar som set i gang lågterskeltilbod - Marknadsføre tiltak og arrangement gjennom sosiale media og kommunen sin heimeside - Elevane skal ha dagleg fysisk aktivitet i skuletida. - Legane skal bruke Frisklivsresepten aktivt og samarbeide med frisklivsrettleiaren om å motivere pasientane til livsstilsendingar 	Målet blir arbeidd godt med, gjennom tiltaka skildra i delmåla og nye tiltak som feks skilt- og kloppeprosjektet i Valdres som har tilrettelagt for 25 turmål i kommunen med nye skilt og infotavler og klopper. Satsinga på orienteringskart har også gitt nye tilbod som Stolpejakt på Beitostølen og Heggenes. Målet bør halde fram.
Legge til rette for at funksjonshemma skal kunne nytte eksisterande og planlagde anlegg	<ul style="list-style-type: none"> - Ta omsyn til funksjonshemma ved rehabilitering og bygging av nye anlegg 	Målet må halde fram.