

SANDBAKKEN SPORTSSTUE

Nyhetsbrev fra Østmarka



EN SOMMER I MARKA!

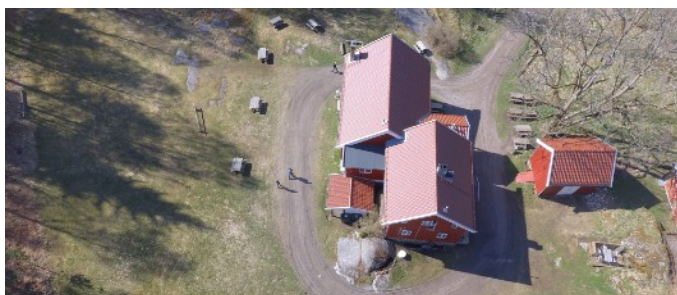
Hva er egentlig den riktige oppskriften for en ekte sommer på Sandbakken? Da trenger du sol, gress, blomster... og myggolje!

Da Soja, Tov og Hølje kom brækende inn på tunet tidligere denne uka, skjønnte vi at sommeren er på plass. Sauene vandrer nå rundt våre travle trekkbier, høner og hunder slapper av i skyggen og sultne mygg og knott sluker oss, dyr og mennesker, mens sola går ned... Ja, ingen tvil, alt som står i kalenderen stemmer: den varmeste sesongen er definitivt i gang!

I denne rolige perioden av året, holder vi vanligvis kun søndager åpent i juli. Men i år stenger vi kaféen fullstendig fra **fredag den 30. juni til lørdag den 5. august** for kjøkkenet vårt trenger en grundig oppussing.

Soja, Tov og Hølje blir fortsatt på sommerbeite når vi åpner igjen i august. Biene våre vil samle forhåpentligvis enda mer honning (som vi skal ha for salg ved disken) og hunder skal få nok hvile slik at du kan forvente ekstra fart hvis du melder deg på hundekjøring i høst.

Og vi? Vi skal sitte med hønene i skyggen, lade batteriene og finne inspirasjon for mange nye helgens kaker...



På sensommeren er vi igjen klar for å ønske dere velkommen til Sandbakken.

Ha en riktig god sommer!

Sandbakken sett fra himmel
takk være [Sky4Geo](#)

SOPPKURS

I høst arrangerer vi nybegynner kurs

- torsdag, 24. august
- onsdag, 30. september
- onsdag, 6. september

og et videregående kurs

onsdag, 13. september.

Mer info og påmelding [her!](#)

ULVEKVELD

I uke 38, [FVR](#) skal holde et foredrag om ulv i våre skoger. Mer detaljer blir publisert på vår hjemmeside og sosiale medier i løpet av sommeren

LUKKET SELKSLAP

Har du tenkt å feire årsjubileum, julebord, konfirmasjon eller annen type selskap i skogen? Les mer om [våre tilbud!](#)

**BARNAS
DAG**

7. OKTOBER



mer info i neste utgaven!