



Program

Vinter 24/25



Alle hverdage starter vi med morgensang kl. 10.00-10.15

MANDAG

10.00- 11.30

Rafling, Krolf, Selvtræning, Stolegymnastik

11.00 – 11.40

Dans for sjov

12.30- 15.00

Filmklub, Bogbinding, Bustur, Pilates

TIRSDAG

10.00- 11.30

Gymnastik m/k, Spil om bordet, Bustur, Selvtræning,
NATUR-lig form

10.45-12

12.30-15.00

Strikkehold, Pilates, Livshistorie

ONSDAG

9.00-9.30

Power-fit

10.00- 11.30

Porcelænsmaling, Patchwork, Krolf, Bustur,
Selvtræning, Rafling

13.00-15.00

Rafling, L'hombre, Studiekreds, Krolf, Kor 13-14

TORSDAG

10.00- 11.30

Husorkesteret, Madhold, Gåtur, Selvtræning,
Stolegymnastik

13.00-15.00

Kreativ værksted, EDB (ipad, facebook, mit id),
Pilates,

13.30-15.30

Seniordans

FREDAG

10.00- 11.30

Selvtræning, Rafling, Stolegymnastik med
afspænding

Lukker
kl.12.30

SE BLADET FOR ALLE MÅNEDLIGE EKSTRA
ARRANGENTER!!!

