



Program

Forår/Sommer 26



Alle hverdage starter vi med morgensang kl. 10.00-10.15

MANDAG
10.00- 11.30 Rafling, Krolf, Selvtræning, Stolegymnastik,
Redaktion

11.00 - 11.40 Dans for sjov

12.30- 15.00 Filmklub, Bustur, Pilates

TIRSDAG
10.00- 11.30 Gymnastik m/k, Spil om bordet, Herre bustur,
Selvtræning, Rafling,

10.30-11.30 Genkendelsens glæde

10.45-12 NATUR-lig form

10.30-11.30 "Genkendelsens glæde" (Lige uger)

12.30-15.00 Strikkehold

ONSDAG

9.00-9.30 Power-fit

10.00- 11.30 Porcelænsmaling, Patchwork, Krolf, Dame bustur,
Selvtræning, Rafling

13.00-15.00 Rafling, L'hombre, Krolf, Kor 13-14

TORSDAG

10.00- 11.30 Husorkesteret, Selvtræning, Stolegymnastik, Motion
for sjov, Rafling

10.15-11.00 Guitarhold

13.00-15.00 Kreativ værksted, Pilates, Hverdagssnak

13.30-15.30 Seniordans

FREDAG

10.00- 11.30 Selvtræning, Rafling, Stolegymnastik med
afspænding

11.30-12.30 SOS - Spis og Snak

Lukker
kl.12.30 SE BLADET FOR ALLE MÅNEDLIGE EKSTRA
ARRANGENTER!!!