



# Program Forår 24



Alle hverdage starter vi med morgensang kl. 10.00-10.15

## MANDAG

10.00- 11.30

11.00 – 11.40

Rafling, Whist, Krolf, Selvtræning, Stolegymnastik  
Dans for sjov

12.30- 14.30

Filmklub, Bogbinding, Bustur, Pilates

## TIRSDAG

10.00- 11.30

12.30-14.30

Spil om bordet, Slægtsforskning, Bustur for mænd,  
Selvtræning, Damegymnastik kl. 9-10, NATUR-lig  
form

Strikkehold, Livshistorie, Pilates

## ONSDAG

9.00-9.30

10.00- 11.30

12.30-14.30

Power-fit

Porcelænsmaling, Patchwork, Krolf, Bustur for  
mænd, Selvtræning, Stolegymnastik. Rafling

Rafling, L'hombre, Studiekreds, Krolf, Petanque/  
Boccia, Kor

## TORSDAG

10.00- 11.30

12.30-14.30

Husorkesteret, Madhold, Gåtur, Selvtræning,  
Stolegymnastik

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

## FREDAG

10.00- 11.30

12.30-14.30

Rafling, Knipling (ulige uger), Selvtræning,  
Afspændingsgymnastik, Halvvejserne, Bustur

FREDAGSARRANGEMENT – se opslag i Bladet

