



Program

Juli 2025



Åbent alle hverdage kl. 10.00 – 15.00, dog onsdag 10-12.30
Formiddagskaffe kl. 10.00 og eftermiddagskaffe kl. 14.00

Tirsdag 1/7	Kl. 10.15 Kl. 10-15	C-C.- træning m/ Michelle Heldags Bustur nr. 1
Onsdag 2/7 Lukker 12.30	Kl. 10.15 Kl. 11.30	Walk & Talk SOS- Spisning
Torsdag 3/7	Kl. 10-12 Kl. 10.15 Kl. 11.00 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner Motions dans Nørklerne – spinning – krolf – krea
Fredag 4/7	Kl. 10.00 Kl. 13.00	Fredagskaffebar Banko
Mandag 7/7	Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner Krolf – Podcastgruppe
Tirsdag 8/7	Kl. 10.15 Kl. 10- 15	C-C.- træning m/ Michelle Heldags Bustur nr. 2
Onsdag 9/7 Lukker 12.30	Kl. 10.15 Kl. 11.30- 12.30	Walk – Talk SOS- Spisning
Torsdag 10/7	Kl. 10-12 Kl. 10.15 Kl. 11.00 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner Motions dans (Sidste gang) Nørklerne – spinning – krolf – krea
Fredag 11/7	Kl. 10.00 Kl. 13.00	Fredagsbar kaffebar Havespils konkurrence
Mandag 14/7	Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner Krolf – Podcastgruppe

Tirsdag 15/7	Kl. 10.15 Kl. 10- 15	Cirkel træning og Cykelhold holder ferie Heldags Bustur nr. 3
Onsdag 16/7 Lukker 12.30	Kl. 10.15	Walk & Talk SOS- Spisning
Torsdag 17/7	Kl. 10-12 Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner Nørklerne - spinning - krolf - krea
Fredag 18/7	Kl. 10.00 Kl. 13.00	Fredags kaffebar Banko
Mandag 21/7	Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner (Bemærk 1 hold) Krolf - Podcastgruppe
Tirsdag 22/7	Kl. 10.15 Kl. 10- 15	Cirkel træning og Cykelhold holder ferie Heldags Bustur nr. 4
Onsdag 23/7 Lukker 12.30	Kl. 10.15 Kl. 11.30	Walk & Talk SOS - Spisning
Torsdag 24/7	Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner (Bemærk 1 hold) Nørklerne - spinning - krolf - krea
Fredag 25/7	Kl. 10.00 Kl. 12.00	Fredags kaffebar Grill- middag
Mandag 28/7	Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner Krolf - Podcastgruppe
Tirsdag 29/7	Kl. 10.15 Kl. 10- 15	Cirkel træning og Cykelhold holder ferie Heldags Bustur nr. 5
Onsdag 30/7 Lukker 12.30	Kl. 10.15 Kl. 11.30	Walk & Talk SOS - Spisning
Torsdag 31/7	Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner (Bemærk 1 hold) Nørklerne - spinning - krolf - krea



Program

August 2025



Åbent alle hverdage kl. 10.00 – 15.00, dog onsdag kl. 10-12.30
Formiddagskaffe kl. 10.00 og eftermiddagskaffe kl. 14.00

Fredag 1/8	Kl. 10.00 Kl. 13.00	Fredagskaffebar Banko
Mandag 4/8	Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner Kroft - Podcastgruppe
Tirsdag 5/8	Kl. 10.15 Kl. 10-15	C-C.- træning m/ Michelle Heldags Bustur nr. 6
Onsdag 6/8 Lukker 12.30	Kl. 10.15 Kl. 11.30-12.30	Walk - Talk SOS- Spisning
Torsdag 7/8	Kl. 10-12 Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner Nørkjerne - spinning - kroft - krea
Fredag 8/8	Kl. 10.00 Kl. 13.00	Fredagsbar kaffebar Have spils konkurrence
Mandag 11/8	Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner Kroft - Podcastgruppe
Tirsdag 12/8	Kl. 10.15	C-C.- træning m/ Michelle Heldags Bustur nr. 7
Onsdag 13/8 Lukker 12.30	Kl. 10.15	Walk & Talk SOS- Spisning
Torsdag 14/8	Kl. 10-12 Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner Nørkjerne - spinning - kroft - krea

Fredag 15/8	Kl. 10.00 Kl. 13.00	Fredags kaffebar Banko
Mandag 18/8	Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner (Bemærk 1 hold) Krolf - Podcastgruppe
Tirsdag 19/8	Kl. 10.15	C-C.- træning m/ Michelle Heldags Bustur nr. 8
Onsdag 20/8 Lukker 12.30	Kl. 10.15 Kl. 11.30	Walk & Talk SOS - Spisning
Torsdag 21/8	Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner (Bemærk 1 hold) Nørklerne - spinning - krolf - krea
Fredag 22/8	Kl. 10.00 Kl. 12.00	Fredags kaffebar Grill - middag
Mandag 25/8	Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner Krolf - Podcastgruppe
Tirsdag 26/8	Kl. 10.15	C-C.- træning m/ Michelle Heldags Bustur nr. 9
Onsdag 27/8 Lukker 12.30	Kl. 10.15	Walk & Talk SOS - Spisning
Torsdag 28/8	Kl. 10-12 Kl. 10.15 Kl. 13.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner (Bemærk 1 hold) Nørklerne - spinning - krolf - krea
Fredag 29/8	Kl. 10.00 Kl. 13.00	Fredags kaffebar Banko

