



Program

Oktober 2025



Åbent alle hverdage kl. 10.00 – 15.00, dog onsdag 10-12.30 Formiddagskaffe kl. 10.00 og eftermiddagskaffe kl. 14.00		
Onsdag 1/10 Lukker 12.30	Kl. 10.15 Kl. 11.30	Sjovt at bevæge sig SOS- Spisning
Torsdag 2/10 Nyt: Hver torsdag Stuekoncert med senior orkestert	Kl. 10-12 Kl. 10.15 Kl. 10.55 Kl. 12.30- 13.30 Kl. 13.30 Kl. 14.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner Stolegymnastik / Træning på maskiner Håndarbejdstimen - Krolf/ Boccia "Stuekoncert" med Senior orkesteret Eftermiddagskaffe for alle hold
Fredag 3/10	Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 13.00	Fredagskaffebar Bustur Syng sammen med Hanne og ERik
Mandag 6/10 2 hold gymnastik	Kl. 10.15 Kl. 10.55 Kl. 12.30	Stolegymnastik / Træning på maskiner Stolegymnastik / Træning på maskiner Krolf - Podcastgruppe
Tirsdag 7/10	kl. 10.15 - Kl. 12.30	C. eller C.- træning Bustur- Ud i det blå KOR
Onsdag 8/10 Lukker 12.30	Kl. 10.15 Kl. 11.30- 12.30	Sjovt at bevæge sig SOS- Spisning

2 hold gymnastik

2 hold gymnastik

Opstart af "Motions" kor

Torsdag 9/10 Nyt: Hver torsdag Stuekoncert med senior orkestert	Kl. 10.15	Stolegymnastik / Træning på maskiner
	Kl. 10.55	Stolegymnastik / Træning på maskiner
	Kl. 12.30	Håndarbejdstimen - Krolf/ Boccia
	Kl. 13.30	"Stuekoncert" med Senior orkesteret
	Kl. 14.00	Eftermiddagskaffe for alle hold
	Kl. 13-15.30	Senior Livsstilsmesse i Nyborg idræts- og fritidscenter (Se opslag)
Fredag 10/10	Kl. 10.00 Kl. 13.00	Fredagsbar kaffebar Banko
Mandag 13/10 Børnenes efterårsferie	Kl. 10.15 Kl. 12.30	Stolegymnastik / Træning på maskiner - 1 hold Krolf - Podcastgruppe
Tirsdag 14/10 -II-	Kl. 10.15 Kl. 12.30	C. eller C.- træning KOR
Onsdag 15/10 Lukker 12.30 -II-	Kl. 10.15 Kl. 11.30-12.30	Sjovt at bevæge sig SOS- Spisning
Torsdag 16/10 -II-	Kl. 10-12 Kl. 10.15 Kl. 12.30	Stolegymnastik / Træning på maskiner - 1 hold Håndarbejdstimen - krolf
Fredag 17/10 -II-	Kl. 10.00 Kl. 13.00	Fredags kaffebar Syng med Susan
Mandag 20/10 Vi holder lukket fra kl. 12.00 pga. temadag for personalet	Kl. 10.15 Kl. 10.55	Stolegymnastik / Træning på maskiner Stolegymnastik / Træning på maskiner

Opstart af
"Motions"
kor

Tirsdag 21/10	Kl. 10.15 Kl. 12.30	C. eller C.- træning KOR	Opstart af "Motions" kor
Onsdag 22/10 Lukker 12.30	Kl. 10.15 Kl. 11.30 – 12.30	Sjovt at bevæge sig SOS - spisning	
Torsdag 23/10	Kl. 10.15 Kl. 10.55 Kl. 12.30 Kl. 13.30 Kl. 14.00	Stolegymnastik / Træning på maskiner Stolegymnastik / Træning på maskiner Håndarbejdstimen - Krolf/ Boccia "Stuekoncert" med Senior orkesteret Eftermiddagskaffe for alle hold	
Fredag 24/10	Kl. 10- 14.30	Den store oktoberfest i tennis hallen	
Mandag 27/10	Kl. 10.15 Kl. 10.55 Kl. 12.30	Stolegymnastik / Træning på maskiner Stolegymnastik / Træning på maskiner Krolf - Podcastgruppe	
Tirsdag 28/10	Kl. 10.15 Kl. 10.15 Kl. 12.30	C. eller C.- træning Bustur- Ud i det blå KOR	Opstart af "Motions" kor
Onsdag 29/10	Kl. 10.15 Kl. 11.30- 12.30	Sjovt at bevæge sig SOS- Spisning	
Torsdag 30/10	Kl. 10.15 Kl. 10.55 Kl. 12.30	Stolegymnastik / Træning på maskiner Stolegymnastik / Træning på maskiner Håndarbejdstimen - Krolf/ Boccia	

	Kl. 13.30 Kl. 14.00	"Stuekoncert" med Senior orkesteret Eftermiddagskaffe for alle hold
Fredag 31/10	Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 13.00	Kaffebar Bustur "A' la Sønderjysk" kagebord med musik