



Program

Vinter/Forår 26



Alle hverdage starter vi med morgensang kl. 10.00-10.15

MANDAG 10.00- 11.30 11.00 – 11.40	Rafling, Krolf, Selvtræning, Stolegymnastik, Redaktion Dans for sjov
12.30- 15.00	Filmklub, Bustur, Pilates
TIRSDAG 10.00- 11.30 10.30-11.30 10.45-12 10.30-11.30	Gymnastik m/k, Spil om bordet, Herre bustur, Selvtræning, Rafling, Genkendelsens glæde NATUR-lig form "Genkendelsens glæde" (Lige uger)
12.30-15.00	Strikkehold
ONSDAG 9.00-9.30 10.00- 11.30	Power-fit Porcelænsmaling, Patchwork, Krolf, Dame bustur, Selvtræning, Rafling
13.00-15.00	Rafling, L'hombre, Krolf, Kor 13-14
TORSDAG 10.00- 11.30 10.15-11.00	Husorkesteret, Selvtræning, Stolegymnastik, Motion for sjov, Rafling Guitarhold
13.00-15.00	Kreativ værksted, Pilates, Hverdagssnak
13.30-15.30	Seniordans
FREDAG 10.00- 11.30 11.30-12.30	Selvtræning, Rafling, Stolegymnastik med afspænding SOS - Spis og Snak
Lukker kl.12.30	SE BLADET FOR ALLE MÅNEDLIGE EKSTRA ARRANGENTER!!!