



# 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 Porcelænsmalning, Patchwork, Krolf, Dame bustur,  
Selvtræning, Rafling  
13.00-15.00 Rafling, L'hombre, Krolf, Kor 13-14

**TORS DAG**  
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!!!