

Aktivitetsplan marts 2023

Det med Grønt er også for ikke medlemmer.

Onsdag	01	09.00-11.30 10.00-11.00 10.00-12.00 11.00-13.00 12.30-14.00 12.30-13.30	Kontingentbetaling Gymnastik/ udendørs Petanque v/Ivan Petanque Kontingentbetaling Dansemusene v/Elli
Torsdag	02	09.00-11.30 09.00-10.00 10.00-10.30 10.30-11.45 12.30-14.00 13.55-14.35 14.35-15.15	Kontingentbetaling Fysioterapeut Balancegymnastik v/ fysioterapeut Meditation v/Birthe K. Kontingentbetaling Varmtvandsgymnastik mødetid 13.45 Varmtvandsgymnastik mødetid 14.20
Fredag	03	09.00-11.30 10.00-12.00 10.00-11.00 13.00-15.00	Kontingentbetaling Billard for kvinder v/Freja Linedance for begyndere v/Susanne Fællessang v/ Allan Steen
Mandag	06	09.00-11.30 09.00-12.00 09.00-10.00 10.00-10.30 10.00-11.00 11.00-11.50 12.00-12.45 11.00-13.00 12.30-14.00 14.00-14.40	Kontingentbetaling Hygge og nørkleklub v/Joanna & Kirsten Fysioterapeut Øvelser f. hofter & ryg v/ Fysioterapeut Gymnastik/ udendørs Stole gymnastik v/Dany Gulv Curling v/Dany Petanque Kontingentbetaling Varmtvandsgymnastik v/Dany mødetid 13.45
Tirsdag	07	09.00-11.30 10.00-12.00 12.00-14.00 13.00-15.00	Kontingentbetaling Billard for alle Billard for mænd v/Dennis Foredrag "Klovn i livets cirkus" se opslag
Onsdag	08	10.00-11.00 10.00-12.00 11.00-13.00 12.30-13.30	Gymnastik/ udendørs Petanque v/Ivan Petanque Dansemusene v/Elli
Torsdag	09	09.00-10.00 10.00-10.30 10.30-11.45 13.55-14.35 14.35-15.15	Fysioterapeut Balancegymnastik v/ fysioterapeut Meditation v/Birthe K. Varmtvandsgymnastik mødetid 13.45 Varmtvandsgymnastik mødetid 14.20
Fredag	10	10.00-12.00 10.00-11.00 13.00-15.00	Billard for kvinder v/Freja Linedance for begyndere v/Susanne Foredrag om Børne- og ungdomsliv se opslag

Mandag	13	09.00-12.00 10.00-10.30 10.00-10.30	Hygge og nørkleklub v/Joanna & Kirsten Fysioterapeut Øvelser f. hofte & ryg v/ Fysioterapeut
Mandag	13	10.00-11.00 11.00-11.50 12.00-12.45 11.00-1300 14.00-14.40	Gymnastik/ udendørs Stole gymnastik v/Dany Gulv Curling v/Dany Petanque Varmtvandsgymnastik v/Dany mødetid 13.45
Tirsdag	14	10.00-12.00 12.00-14.00 13.00-15.00	Billard for alle Billard for mænd v/Dennis Banko v/Kim Øberg med flere
Onsdag	15	10.00-11.00 10.00-12.00 11.00-13.00 12.30-13.30	Gymnastik/ udendørs Petanque v/Ivan Petanque Dansemusene v/Elli
Torsdag	16	09.00-10.00 10.00-10.30 10.30-11.45 13.55-14.35 14.35-15.15	Fysioterapeut Balancegymnastik v/ fysioterapeut Meditation v/Birthe K. Varmtvandsgymnastik mødetid 13.45 Varmtvandsgymnastik mødetid 14.20
Fredag	17	09.00-15.00 10.00-11.00 10.00-12.00 13.00-15.00	Tilmelding til danseaften i Sløjfen Linedance for begyndere u/instruktør Billard for kvinder v/Freja Fællessang v/ Allan Steen
Mandag	20	09.00-12.00 10.00-10.30 10.00-10.30 10.00-11.00 11.00-11.50 12.00-12.45 11.00-1300 14.00-14.40	Hygge og nørkleklub v/Joanna & Kirsten Fysioterapeut Øvelser f. hofte & ryg v/ Fysioterapeut Gymnastik/ udendørs Stole gymnastik v/Dany Gulv Curling v/Dany Petanque Varmtvandsgymnastik v/Dany mødetid 13.45
Tirsdag	21	10.00-12.00 12.00-14.00	Billard for alle Billard for mænd v/Dennis
Onsdag	22	10.00-12.00 12.30-13.30	Generalforsamling se opslag Dansemusene v/Elli
Torsdag	23	09.00-10.00 10.00-10.30 10.30-11.45 13.00-15.00 13.55-14.35 14.35-15.15	Fysioterapeut Balancegymnastik v/ fysioterapeut Meditation v/Birthe K. Jazz Bottos Jazz Band se opslag Varmtvandsgymnastik mødetid 13.45 Varmtvandsgymnastik mødetid 14.20
Fredag	24	10.00-12.00 10.00-11.00 13.00-14.30	Billard for kvinder v/Freja Linedance for begyndere u/instruktør Festlig fredag med quiz og fredagsbar

Mandag	27	09.00-12.00 10.00-10.30 10.00-10.30 10.00-11.00 11.00-11.50 12.00-12.45	Hygge og nørkleklub v/Joanna & Kirsten Fysioterapeut Øvelser f. hofte & ryg v/ Fysioterapeut Gymnastik/ udendørs Stole gymnastik v/Dany Gulv Curling v/Dany
Mandag	27	11.00-1300 14.00-14.40	Petanque Varmtvandsgymnastik v/Dany mødetid 13.45
Tirsdag	28	10.00-12.00 12.00-14.00	Billard for alle Billard for mænd v/Dennis
Onsdag	29	10.00-11.00 10.00-12.00 11.00-13.00 12.30-13.30	Gymnastik/ udendørs Petanque v/Ivan Petanque Dansemusene v/Elli
Torsdag	30	09.00-10.00 10.00-10.30 10.30-11.45 13.55-14.35 14.35-15.15 17.00-22.00	Fysioterapeut Balancegymnastik v/ fysioterapeut Meditation v/Birthe K. Varmtvandsgymnastik mødetid 13.45 Varmtvandsgymnastik mødetid 14.20 Danseaften i Sløjfen
Fredag	31	10.00-12.00 10.00-11.00 13.00-14.30	Billard for kvinder v/Freja Linedance for begyndere u/instruktør Festlig fredag med quiz og fredagsbar

Aktivitetsplan april 2023

Mandag	03	09.00-11.30 09.00-12.00 09.00-10.00 10.00-10.30 10.00-11.00 11.00-11.50 12.00-12.45 11.00-1300 12.30-14.00 14.00-14.40	Kontingentbetaling Hygge og nørkleklub v/Joanna & Kirsten Fysioterapeut Øvelser f. hofte & ryg v/ Fysioterapeut Gymnastik/ udendørs Stole gymnastik v/Dany Gulv Curling v/Dany Petanque Kontingentbetaling Varmtvandsgymnastik v/Dany mødetid 13.45
Tirsdag	04	09.00-11.30 10.00-12.00 12.00-14.00 12.30-14.00	Kontingentbetaling Billard for alle Billard for mænd v/Dennis Foredrag om Pigerne fra Sprogø Se opslag
Onsdag	05	09.00-11.30 13.00-20.00	Kontingentbetaling Påskefrokost se opslag
Torsdag	06	Påske	lukket
Fredag	07	Påske	lukket
Mandag	10	Påske	lukket
Tirsdag	11	09.00-11.30	Kontingentbetaling

		10.00-12.00 12.00-14.00 12.30-14.00	Billard for alle Billard for mænd v/Dennis Kontingentbetaling
Onsdag	12	09.00-11.30 09.30-12.00 10.00-12.00 12.30-14.00	Kontingentbetaling Event på Motions-og Sansestien se opslag Petanque v/Ivan Kontingentbetaling
Torsdag	13	09.00-10.00 10.00-10.30 10.30-11.45	Fysioterapeut Balancegymnastik v/ fysioterapeut Meditation v/Birthe K.
Torsdag	13	13.55-14.35 14.35-15.15	Varmtvandsgymnastik mødetid 13.45 Varmtvandsgymnastik mødetid 14.20
Fredag	14	10.00-12.00 10.00-11.00 13.00-15.00 09.00-15.00	Billard for kvinder v/Freja Linedance for begyndere u/instruktør Fællessang v/ Allan Steen Tilmelding til danseaften i Sløjfen
Mandag	17	09.00-12.00 10.00-10.30 10.00-10.30 10.00-11.00 11.00-11.50 12.00-12.45 11.00-1300 14.00-14.40	Hygge og nørkleklub v/Joanna & Kirsten Fysioterapeut Øvelser f. hofte & ryg v/ Fysioterapeut Gymnastik/ udendørs Stole gymnastik v/Dany Gulv Curling v/Dany Petanque Varmtvandsgymnastik v/Dany mødetid 13.45
Tirsdag	18	10.00-12.00 12.00-14.00 13.00-15.00	Husmøde Billard for mænd v/Dennis Banko v/Kim Øberg med flere
Onsdag	19	10.00-11.00 10.00-12.00 11.00-13.00 12.30-13.30	Gymnastik/ udendørs Petanque v/Ivan Petanque Dansemusene v/Elli
Torsdag	20	09.00-10.00 10.00-10.30 10.30-11.45 13.00-15.00 13.55-14.35 14.35-15.15	Fysioterapeut Balancegymnastik v/ fysioterapeut Meditation v/Birthe K. Jazz se opslag Varmtvandsgymnastik mødetid 13.45 Varmtvandsgymnastik mødetid 14.20
Fredag	21	10.00-12.00 10.00-11.00 13.00-14.30	Billard for kvinder v/Freja Linedance for begyndere u/instruktør Festlig fredag med quiz og fredagsbar
Mandag	24	09.00-12.00 10.00-10.30 10.00-10.30 10.00-11.00 11.00-11.50	Hygge og nørkleklub v/Joanna & Kirsten Fysioterapeut Øvelser f. hofte & ryg v/ Fysioterapeut Gymnastik/ udendørs Stole gymnastik v/Dany

		12.00-12.45 11.00-13.00 14.00-14.40	Gulv Curling v/Dany Petanque Varmtvandsgymnastik v/Dany mødetid 13.45
Tirsdag	25	10.00-12.00 12.00-14.00 13.00-15.00	Billard for alle Billard for mænd v/Dennis Filmeftermiddag Bamse se/opslag
Onsdag	26	10.00-11.00 10.00-12.00 11.00-13.00 12.30-13.30	Gymnastik/ udendørs Petanque v/Ivan Petanque Dansemusene v/Elli
Torsdag	13	09.00-10.00 10.00-10.30 10.30-11.45	Fysioterapeut Balancegymnastik v/ fysioterapeut Meditation v/Birthe K.
Torsdag	13	13.55-14.35 14.35-15.15 17.00-22.00	Varmtvandsgymnastik mødetid 13.45 Varmtvandsgymnastik mødetid 14.20 Danseaften i Sløjfen
Fredag	28	10.00-12.00 10.00-11.00 13.00-15.00	Billard for kvinder v/Freja Linedance for begyndere u/instruktør Fællessang v/ Allan Steen