


SAMMEN OM MAD OG BEVÆGELSE

Sommerplan 2024



Med mindre andet er nævnt, så foregår aktiviteten hos:
Folkesundhed Aarhus i FrydenlundHUSET, Høgevej 27K, 8210 Aarhus V.

<u>Uge 27</u>	<u>Mandag</u> 13.30-15.30 Eftermiddagsmad <u>Tirsdag</u> 13.00-14.30 Beachvolleyball - banen i Frydenlund <u>Onsdag</u> 11.15- Gåtur: Verdensmål-gavlmalerierne. Mødested: Domkirken. Husk madpakke. <u>Torsdag</u> 10.30-11.45 Banesvømning - Hasle Skole 11.45-12.30 AquaPower - Hasle Skole <u>Fredag</u> 10.30-12.00 Motionsrummet 12.30-14.00 Beachvolleyball - banen i Frydenlund	Kontaktperson denne uge: Trine: 41 85 75 15
<u>Uge 28, 29 og 30</u>	Udvalgte aktiviteter i Folkenetværket kan benyttes gratis i disse uger. Tilmelding er ikke nødvendig. <u>Tirsdag</u> 10.00-11.00 Ude træning: tæt på indgangen 10.00-12.00 Motionsrummet 11.30-13.00 Badminton (kun uge 29 og 30) <u>Onsdag</u> 11.00-12.30 Badminton (kun uge 29 og 30) <u>Torsdag</u> 13.00-15.00 Motionsrummet <u>Fredag</u> 10.00-11.00 Gå-fodbold - Fuglebakkens baner 11.00-12.30 Badminton (kun uge 29 og 30)	 Kontakt: Garo 40175545 Kontakt: Rasmus 28485483 Kontakt: Lars 28245591 Kontakt: Lars 28245591 Kontakt: Rasmus 28485483 Kontakt: Garo 40175545 Kontakt: Lars 28245591
<u>Uge 31</u>	<u>Mandag</u> 12.00-13.00 Ude træning <u>Tirsdag</u> 11.30-12.30 Kropsbevidsthedstræning 13.00-14.30 Badminton og Pickleball <u>Onsdag</u> 10.00- Gåtur i Riis Skov. Mødested: Ishuset ved Marienlund. Husk madpakke. <u>Torsdag</u> 10.30-11.45 Banesvømning - Hasle Skole 11.45-12.30 AquaPower - Hasle Skole <u>Fredag</u> 10.30-12.00 Motionsrummet 12.30-14.00 Badminton og Pickleball	Kontaktperson denne uge: Tobias: 41 85 52 70