

Vi bevæger
Aarhus
Kultur og Borgerservice
Aarhus Kommune

ÅRGANG:
2026

TEMA:
DRØMME

FERIEAKTIVITETER i Aarhus Kommune

TILMELDING
ÅBNER
MANDAG
DEN 8. JUNI
2026



DRØMME

LÆS OM:

NYT COMPUTERSPI
"OUT OF WORDS"

AARHUS HIGH LINE
EN BRO FULD AF DRØMME

HVAD SKER DER I
HJERNEN NÅR VI
SOVER OG DRØMMER?

OL SOM LEDESTJERNE



Indholdsfortegnelse

Sommerferieaktiviteter

Atletik	4
Brydning	4
Boldspil og bevægelse	4
Bordrollespil	5
Armlægning for børn med særlige behov	6
Cirkus	6
Dans	6
Gymnastik	6
Heste	7
Ridning for begyndere - for børn med særlige behov	7
Kampsport	7
Klatring	7
Kreativitet	8
Kunst(Kunst, Tegn, Mal)	8
Madlavning med mening	9
På vandet	9
Rollespil	9
Sang & Teater	10
Læselyst	10
Skriveværksted	11
Svømning	11
Ud i naturen	12

Artikler

Det hele startede med en idé	12
Aarhus' High Line: En bro fuld af drømme	14
Hvad sker der i hjernen når vi sover og drømmer?	16
OL som ledestjerne	18

Fakta om Ferieaktiviteter

Ferieaktiviteterne er et tilbud for børn, der bor i Aarhus Kommune eller går i folke- eller privatskole i Aarhus Kommune.

For de aktiviteter, hvor der er alderskrav, er det klassetrinnet, man går i FØR sommerferien.

Nogle aktiviteter skal du tilmelde dig, andre skal du bare møde op til på dagen.

Der er voksne tilknyttet alle aktiviteterne. Evt. udstyr til en aktivitet kan lånes på aktivitetststedet.

Har du spørgsmål til en aktivitet eller til selve tilmeldingen, så kontakt den forening, klub eller institution, der står bag.

Vil du eller dine forældre vide mere om Ferieaktivitetsprogrammet, kan I kontakte Abir Saleh, Sport & Fritid, tlf. 89 40 48 43, mail: supersommer@aarhus.dk

Ferieaktiviteteravisen er udarbejdet i en engelsk version i samarbejde mellem Borgerservice og Sport & Fritid, Aarhus Kommune.

Du kan finde ferieaktiviteteravisen som pdf på www.ferieaktiviteter.dk - dansk og engelsk på (dansk side) og på international.aarhus.dk, Aarhus Kommunes engelsksprogede hjemmeside for internationale borgere, på forsiden.

Sommerferien er lige om hjørnet!

Ja, tak – ingen fast sengetid, god tid med familien og venner... nå ja, og så en masse is!

Jeg hedder Jesper og er rådmand for kultur og borgerservice, eller som jeg siger til mine børn, rådmand for sjov og ballade. Vi har lavet denne avis til dig, hvor du sammen med dine forældre kan finde en masse aktiviteter rundt i hele Aarhus.

Måske vil du spille bold, lave musik, tegne, bygge noget – eller prøve noget helt nyt?

I år handler Ferieavisen om drømme.

Da jeg var barn, drømte jeg om mange ting. Jeg ville gerne være skuespiller, lave musik, men var også meget interesseret i politik. Det lyder måske lidt tørt – men jeg kunne godt lide at mene noget.

Jeg drømte om at lave noget, der betød noget for andre mennesker. Og ved du hvad?

I dag har jeg faktisk fået min drøm opfyldt. I dag arbejder jeg med alt det, jeg godt kan

lide. Sådan kan det gå, og sådan kan det nogle gange ikke gå. Men det vigtigste er ikke, om drømmen går i opfyldelse med det samme.

Det vigtigste er, at du bliver ved med at drømme.

For drømme kan vokse. De kan ændre sig. Og nogle gange går de i opfyldelse på måder, man slet ikke havde forestillet sig.

Så brug sommeren på at prøve noget nyt. Måske finder du noget, du bliver rigtig glad for.

Måske opdager du en ny drøm.

Og husk: Man bliver aldrig for gammel til at drømme.

Rigtig god sommer!

Jesper Kjeldsen
Rådmand for Kultur og
Borgerservice i Aarhus.



Skal dit barn gå til en aktivitet i fritiden?

Så få hjælp af ForeningsMentor til at vælge den aktivitet, der passer til dit barn.



Tilmelding via foreningsmentor.dk



Har du brug for økonomisk støtte til dit barns fritidsaktivitet?

Et fritidspas er et tilskud til at betale for dit barns fritidsaktivitet.



Læs mere om regler og rammer på aarhus.dk/fritidspas

FERIEAKTIVITETER

ATLETIK

ATLETIKSKOLE

Kom og vær med til en uge fyldt med atletik! Du får lov til at prøve alle atletikkens disciplinerne - også hækkeløb, stangspring og spydkast. Der vil være dygtige trænere, der til dagligt er trænere i Aarhus 1900 Atletik og Løb, som er klar til at lære dig at løbe hurtigt, kaste langt og spring højt.

Første dag får du en sej atletik t-shirt, som du må beholde. Derudover vil du få et diplom i slutningen af ugen.

Klassetrin: 2. - 7. klasse

Arrangør: Aarhus 1900 Atletik & Løb

Sted: Viby Stadion, Skanderborgvej 224, 8260 Viby J

Periode: 3. - 7. august

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 -13.00

Tilmelding fra: 9. juni kl. 18.00

Tilmelding via: Via tilmeldingsformular på Aarhus 1900s hjemmeside:

<https://www.1900al.dk/tilmelding-til-atletikskole>

OBS! Formularen er først tilgængelig d. 9/6 kl. 18:00. Max 120 pladser, derefter oprettes der venteliste. Pladserne fordeles efter først-til-mølle princippet. Tilmeldte vil fra d. 14/6 og frem kunne se deltager- og venteliste på samme side.

Andre oplysninger: Husk madpakke og drikkedunk, samt tøj efter vejret. Vi er udenfor selvom det regner og blæser.

Trænerne er ungdomstrænere fra Aarhus 1900 Atletik & Løb, samt nogle af vores ældste atleter, der gerne vil give deres glæde ved atletikken videre.

Transport: Bus til Viby Torv

ATLETIK SOMMERFERIE CAMP

Kom og vær med til to dage fyldt med fart, spring og kast på et ægte atletikstadion. Du får mulighed for at prøve kræfter med atletikkens mange discipliner - fx sprint, hækkeløb, længdespring, højdespring, kuglestød og stafet i fællesskab med andre børn fra 3.-6. klasse. Du kan glæde dig til to dage med masser af bevægelse, grin og nye udfordringer, hvor vi skal have det sjovt sammen. Alle deltagere får et diplom med hjem som minde om to sjove dage i atletikkens tegn.

Klassetrin: 3. - 6. klasse

Arrangør: Aarhus Fremad Atletik

Sted: Aarhus Fremad Atletik stadion, Hvidkildevej 13, 8240 Risskov

Periode: 29. og 30. juni

Ugedag: Mandag - tirsdag

Tidspunkt: 10.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: maiken@dansk-atletik.dk med navn, alder og kontaktoplysning på forældre

Andre oplysninger: Tilmelding er først-til-mølle. Der er et maksimum på 50 deltagere. Vi er udenfor i alt slags vejr, så sørg for at have tøj på efter vejret. Husk derudover en drikkedunk og en madpakke.

Transport: Bus nr. 1A, 16, 18, 123 og 100.

BRYDNING

THROTTS BRYDESKOLE

Skal du være med til 3 sjove dage i Brydeklubben Thrott, når vi igen i år afholder vores brydeskoler?

Vi skal slås for sjov, øve os i en masse motorik, lege og have det fedt på vores store brydemadras

Vores dygtige trænere har planlagt 3 fede dage, der slutter med en lille brydeturnering og præmieoverrækkelse.

Klassetrin: 0.- 3. klasse

Arrangør: Brydeklubben Thrott

Sted: Brydesalen - Åby skole, Åbyvej 80, 8230 Åbyhøj

Periode: 29. juni - 1. juli

Ugedag: Mandag - onsdag

Tidspunkt: 9.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 8.00

Tilmelding via: brydeklubben@thrott.dk

Andre oplysninger: Der er ingen forplejning med i aktiviteten.

Transport: Bus nr. 4A, 11, 12, 15

BOLDSPIL OG BEVÆGELSE

STREETFODBOLD

Streetfodbold for alle fodboldglade piger og drenge.

Kom og få nogle sjove fodboldtimer sammen med dine venner. Vi laver sjove øvelser, laver træningskampe og spiller mini-turneringer på vores streetfodboldbane. Der er højt humør og god musik.

Klassetrin: 1. - 4. klasse og 5. - 9. klasse

Arrangør: Den Boligsociale helhedsplan i Frydenlund

Sted: Multibanen ved klubben Musvågevej 32, 8210 Aarhus V

Periode: Uge: 27 - 32 (fra den 29. juni - 7. august - kun mandag, onsdag og lørdag)

Ugedag: mandag, onsdag og lørdag

Tidspunkt: kl.: 17.00- 20.00

Tilmelding fra: 15. juni

Tilmelding via: tmni@aarhus.dk eller personligt fremmøde

Andre oplysninger: I bedes selv medbringe vanddunk og en lille madpakke.

Transport: Bus nr. 13

BASKET TURNERING

Kom og vær' med til vandtårnets basket turnering.

Klassetrin: 3. - 5. klasse

Arrangør: Det boligsociale team i Vandtårnsområdet

Sted: Mandage ved: Multibanen 1, Reginehøj, onsdage ved: Multibanen ved Lindholmparken, 8200 Aarhus N

Periode: Uge 28 + 29: mandage: 6. juli & 13. juli. Uge 28 + 29: onsdage den 8. juli & 15. juli

Ugedag: Mandag og onsdag

Tidspunkt: 12.00 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: Via sms/opkald på tlf nr. 20357691

Andre oplysninger: Medring madpakke og vandflaske. Vi sørger for lidt frugt og snacks. Der må deltage max 30 børn i alt pr. gang, hvor ca. 3 hold kan spille ad gangen.

Transport: Letbanestop Stockholmegade

BOLDSKOLE 1

Kom og prøv sjove boldspil som fodbold, volleyball, badminton, pickleball og meget andet

Klassetrin: 1. - 6. klasse

Arrangør: DGI Huset Aarhus

Sted: Værkmestergade 17, 8000 Aarhus C

Periode: Uge 28: 6. - 10. juli

Uge 29: 13. - 17. juli

Uge 30: 20. - 24. juli

Uge 31: 27.- 31. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 12.00

Tilmelding fra: 10. juni kl. 11.00

Tilmelding via: Tilmelding foretages KUN online via DGI Husets bookingsystem, som du finder link til på www.dgi-huset.dk. Der kan ikke bookes eller foretages tilmeldinger pr. telefon, mail eller ved personlig henvendelse.

Andre oplysninger: Der er ingen forplejning med i aktiviteten.

Transport: Alle busruter kan benyttes og letbanen.

BOLDSKOLE 2

Kom og prøv sjove boldspil som fodbold, volleyball, badminton, pickleball og meget andet

Klassetrin: 1. - 6. klasse

Arrangør: DGI Huset Aarhus

Sted: Værkmestergade 17, 8000 Aarhus C

Periode: Uge 28: 6. - 10. juli

Uge 29: 13. - 17. juli

Uge 30: 20. - 24. juli

Uge 31: 27.- 31. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 13.00 - 16.00

Tilmelding fra: 10. juni kl. 11.00

Tilmelding via: Tilmelding foretages KUN online via DGI Husets bookingsystem, som du finder link til på www.dgi-huset.dk. Der kan ikke bookes eller foretages tilmeldinger pr. telefon, mail eller ved personlig henvendelse.

Andre oplysninger: Der er ingen forplejning med i aktiviteten.

Transport: Alle busruter kan benyttes og letbanen.

BMI SOMMERCAMP 2026

BMI SommerCamp er en sjov og aktiv sommeruge, hvor du sammen med andre børn kan prøve en masse forskellige idrætsgrene. Det handler ikke om at være bedst, men om at have det sjovt, prøve noget nyt og få nye venner. På SommerCampen kan du blandt andet give den gas i svømmehallen, prøve streetbasket, tennis, sjov-med-bold, dans og meget mere. Der er søde og dygtige trænere, som hjælper dig hele vejen og sørger for, at alle kan være med - også selvom du aldrig har prøvet sporten før. BMI SommerCamp foregår hos Beder-Malling Idrætsforening, og du behøver ikke gå til sport i forvejen for at deltage.

Klassetrin: 3. - 6. klasse (vejledende)

Arrangør: Beder-Malling Idrætsforening

Sted: Egelund Idrætscenter, og boldbaner ved Malling Skole, Bredgade 5, 8340 Malling

Periode: 6. - 10. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 14.00

Tilmelding fra: 6. juni kl. 7.00

Tilmelding via: Find tilmelding og alle aktiviteterne på vores hjemmeside:

www.bmi-egelund.dk under fanen SommerCamp 2026

Andre oplysninger: Mulighed for tilkøb af forplejning. Der er begrænsede pladser på hver aktivitet og det sker efter først-til-mølle. Følg med i uge 22 og 23 på vores hjemmeside og sociale medier for mere information

Transport: Bus nr. 100 mod Vennelyst/Odder holder udenfor centret.

SOMMERBASKET MED FUGLEBAKKEN BASKET

Er du vild med basketball? Er du mellem 6-10 år?

Så er det Fuglebakkens basketballcamp i sommerferien du skal tilmelde dig til. Det er lige meget om du er helt ny eller har prøvet det før, så kan du være med. er lærer du nye basketballtricks og får lov at spille med en masse andre børn.

Vi har superseje trænere der kan hjælpe dig til at blive bedre.

Skyndt at tilmelde dig - så ses vi i uge 27.

Klassetrin: 1. - 5. klasse

Arrangør: Børnebasket Aarhus

Sted: FrydenlundHuset, høgevej 27F, 8210 Aarhus V

Periode: 29. juni - 1. juli

Ugedag: Mandag - onsdag

Tidspunkt: 10.00- 14.00

Tilmelding fra: 22. juni

Tilmelding via: Tilmelding sker ved at sende en sende en sms til 21 15 23 81, med følgende info:

- Navn på deltager

- Alder på deltager

- Tlf. nr. på 1 forælder

- Email på 1 forælder

Andre oplysninger: Der er 25 pladser og tilmelding er først til mølle. Husk Idrætstøj (t-shirt og shorts), Idrætssko (indendørs), drikkedunk, madpakke + snacks

Transport: Bus 2A går til Ekkodalen herefter ca. 10-12 min gåafstand. Bus 13 går til Frydenlund/Fuglebakkevej ca. 6-8 min. gåafstand

BASKETBALL MED GELLERUP BASKET

Er du vild med basketball?

Og er du mellem 6-10 år?

Så er det basketballcamp i Gellerup i sommerferien lige noget for dig.

Det er lige meget om du er helt ny eller har prøvet det før, så kan du være med.

Her lærer du nye basketballtricks og får lov at spille med en masse andre børn. Har du en god ven, så tag ham/hende med.

Vi har superseje trænere der kan hjælpe dig til at blive bedre. Husk tilmelding - så ses vi i uge 28.

Klassetrin: 0. - 5. klasse

Arrangør: Børnebasket Aarhus

Sted: Kløverskolen, Karen Blixens Boulevard 59, 8220 Brabrand

Periode: 6. - 8. juli

Ugedag: Mandag - onsdag

Tidspunkt: 10.00- 14.00

Tilmelding fra: 29. juni kl. 12.00

Tilmelding via: Tilmelding sker ved at sende en sende en sms til 21 15 23 81 med følgende info: Navn på deltager, alder på deltager, tlf. nr. på 1 forælder, email på 1 forælder.

Andre oplysninger: Der er 25 pladser og tilmelding er først til mølle. Husk idrætstøj (t-shirt og shorts), idrætssko (indendørs),drikkedunk, madpakke + snacks.

Transport: Bus 4A går til Verdenspladsen/Karen Blixens Boulevard, hvorefter det tager 4 min. at gå til Kløver-skolen.

BEACHVOLLEY

Sommer Campen samler ca. 100 børn og unge, der får fem dage, hvor sand officielt bliver en del af deres kost. Trænerne lærer dem beachvolley, men byder også på roundnet, blindeløb, beachsoccer mv. Hvis vejret går i ’klassisk dansk’, rykker vi ind i Beachdomen. Fredag slutter vi med kagehygge, hvor forældre kan se, hvad de unge har lært og samtidig erkende, at deres egen smash nu ligner et venligt klap til bolden. Vi lover, alle tager hjem med både nye venner, nye tricks og sand i mængder.

Klassetrin: 3. - 10. klasse

Arrangør: Aarhus Beachvolley Club

Sted: Beachparken, Vesterengvej 26A, 8200 Aarhus N

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: mandag - fredag

Tidspunkt: 10.00 - 15.00 (pause fra 12.30 - 13.00)

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: aarhusbeachvolley.dk/sommercamp

Andre oplysninger: Medbring madpakke og vandflaske. I beachparken skinner solen altid, så medbring evt. kasket, solbriller og solcreme. Vi har ingen begrænsninger på antal deltagere.

Transport: Gratis parkeringsplads ved skolen.

AMERIKANSK FODBOLD HOS AARHUS TIGERS

Amerikansk Fodbold er en fed sport, med masser af action og spænding. Du kommer i fuldt udstyr og lærer at kaste en football. Du prøver at tackle, blokere og gribe - og selvfølgelig score en masse Touchdowns!

Træning med vores engagerede trænere, fokus på tryghed, samarbejde og masser af grin. Mulighed for at få nye venner og prøve noget helt nyt.

For alle piger og drenge, der lige har afsluttet 3.-9. klasse – ingen erfaring nødvendig!

Hvorfor amerikansk fodbold?

Fordi det er en holdsport med plads til alle slags børn - hurtige, stærke, stille, vilde, høje og lave. Hos os handler det ikke kun om bolden – det handler om at høre til.

Klassetrin: 3. - 9. klasse

Arrangør: Aarhus Tigers

Sted: Tigers Field (Bøgeskov Idrætsanlæg), Engelundsvej 11, 8260 Viby J

Periode: Uge 27: 29. juni - 3. juli

Uge 30: 20. - 24. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 8.00

Tilmelding via: sommer@tigers.dk - oplys navn, alder og hvilken uge (27/30) man vil deltage i.

Andre oplysninger: Vi har alt nødvendigt udstyr. Du skal blot have sportstøj og fodbold- støvler/sportssko med. Der er ikke forplejning med i aktiviteten. Husk madpakke og en vanddunk til en lang og supersjov dag.

Transport: Bus nr. 14 kører lige til døren. Bus nr. 200 - Hasselager Centervej/ Skanderborgvej. Bus nr. 1A - Hasselager Centervej/ Skanderborgvej Letbanen - Gunnar Clausens Vej

AGF LEG & BEVÆGELSE-SOMMERSKOLE

Kom og være med til en aktiv uge med masser af sjove og udfordrende idrætsaktiviteter. Vi skal lave alt fra tons og tummel til gymnastik, udeaktiviteter, boldspil, udflugter og meget mere. Instruktører fra AGF Gymnastiks Sommerskole står igen i år klar til at give 150 børn en uforglemmelig uge.

Klassetrin: 0. - 5. klasse

Arrangør: AGF Gymnastik

Sted: Frederiksbjerg Idrætscenter, F. Vestergaards Gade 5, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 17.00

Tilmelding via: Tilmelding sker på AGF Gymnastiks hjemmeside: https://www.agfgymnastik.dk/

Andre oplysninger: Børnene skal selv have madpakke med til hele dagen, og tøj der passer til vejret, da mange aktiviteter også kommer til at foregå udenfor. Tilmelding sker efter først-til-mølle princippet - vi har 150 pladser.

Transport: Bus nr.: 1A, 2A, 4A, 5A, 11, 13, 14, 200 og 202

KOM OG PRØV KRÆFTER MED SQUASH - VERDENS SJOVESTE KETCHERSPORT!

Squash er let at lære, intenst og flere gange kåret som verdens sundeste sportsgren, MEN vigtigst af alt, så er det verdens sjoveste sportsgren!

Kom og prøv kræfter med ketcherspillet squash i Skovbakken Squash Klub. Du vil gennem forskellige øvelser, småspil og andre aktiviteter på squashbanen få lejlighed til at lære det grundlæggende i squash - både regler, teknik og taktik. Du får lov at give den gas på squashbanen og får helt sikker sved på panden.

Klassetrin: 1. - 8. klasse

Arrangør: Skovbakken Squash Klub

Sted: Skovbakken Squash Klub, Hvidkildevej 19, 8240 Risskov

Periode: Uge 27: 29. juni - 3. juli

Uge 32: 3. - 7. august

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: Ditte Nørtoft Nielsen: ditte.noertoft@gmail.com

Andre oplysninger: Medbring madpakke og vandflaske. Der vil være frugt/grønt eller anden lille snack i løbet af dagen. Medbring indendørssko med lyse såler og sportstøj. Klubben stiller ketcher, bolde og beskyttelsesbriller til rådighed. Oplys navn, alder og kontakinfo ved

Transport: Bus nr. 6A, 15, 100

PRØV SQUASH OG RACKETBALL - TO SJOVE KETCHERSPORTSGRENE MED FART PÅ, DER GIVER HØJ PULS.

Squash er en sjov og kreativ ketchersport, der kombinerer teknik, fysik og taktik. Squash er sundt og megasjovt. Racketball er kendt fra USA og den hurtigst voksende sportsgren i England. Squash og Racketball spilles begge på en squashbane, men spilles med forskelligt udstyr. Du vil gennem forskellige øvelser, småspil og andre aktiviteter på squashbanen få lejlighed til at lære det grundlæggende i squash - regler, teknik og taktik. Du har også mulighed for at prøve racketball - der er garanti for sjov og sved på panden.

Klassetrin: 3. - 9. klasse

Arrangør: Egå Squash Klub

Sted: Gåseagervej 12, 8250 Egå

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 8.00

Tilmelding via: mail@egåsquashklub.dk

Andre oplysninger: Medbring madpakke og vandflaske. Der vil være frugt/grønt eller anden lille snack i løbet af dagen. Medbring indendørssko med lyse såler og sportstøj. Klubben stiller ketcher, bolde og beskyttelsesbriller til rådighed.

Transport: Bus nr. 12, 100, 123

BADMINTON OG LEG FOR BEGYNDERE OG LETØVEDE BØRN

Har du lyst at bruge en uge af din sommerferie på at lære badminton at kende (eller måske blive lidt bedre) og få en masse nye venner?

Så meld dig til. Programmet bliver varierende med både inde og ude aktiviteter med fokus på badminton og leg.

Klassetrin: 1. - 6. klasse

Arrangør: BMI badminton

Sted: Egelund Idrætscenter, Bredgade 5, 8340 Mallng

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 15:00

Tilmelding fra: 9. juni kl. 8.00

Tilmelding via: s-harboe@privat.dk eller på mobil nr. 24 23 65 58

Andre oplysninger: Først til mølle princippet. Du modtager en bekræftigelsesmail, når du er optaget. Maksimalt deltagere antal er 40 personer. Medbring både inde- og udesko. Husk madpakke og drikkedunk. Der er mulighed for at købe slik og sodavand i cafeteriet.

Transport: Bus nr. 100

MASSER AF IDRÆT, LEG OG BEVÆGELSE

Beskrivelse: Kom og deltag i flere slags boldspil, leg og bevægelse

Klassetrin: 1. - 6. klasse

Arrangør: Liffen, Lystrup Idrætsforening

Sted: Lystrup Idrætscenter, Hal 2, Lystrup Centervej 102, 8520 Lystrup

Periode: 29. juni - 10. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 15.00

Tilmelding fra: Der er ingen tilmelding, man møder bare op!

Andre oplysninger: Man skal selv medbringe madpakke samt drikkevarer.

Transport: Bus nr. 16 og nr. 18 holder lige ved Lystrup Idrætscenter

ÅBEN HAL MED EN MASSE SJOVE SOMMER-FERIEAKTIVITETER

Kom til Åben Hal i Trige, hvor du har mulighed for at deltage i en masse sjove aktiviteter.

Klassetrin: 0. - 9. klasse

Arrangør: ST70

Sted: Bakkegårdsskolen, idrætshallen, Bjørnshøjvej 1, 8380 Trige

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 13.00 - 15.00

Tilmelding via: Der er ingen tilmelding, man møder bare op.

Andre oplysninger: Man skal selv medbringe madpakke samt drikkevarer. Der er frugt hverdag.

Transport: Bus nr. 118 og 2A

VSK FODBOLDSKOLE - FOR BØRN MED SÆRLIGE BEHOV

En fodboldskole for børn med særlige behov som ADHD, autisme og udviklingshæmning. Vi skaber en tryk og sjov fodboldoplevelse – uanset niveau.

Trænere og holdledere tager hensyn til hver enkelt deltagers behov og skaber fællesskab gennem bold og bevægelse.

Klassetrin: 0. - 6. klasse

Arrangør: VSK Aarhus

Sted: Hvidkildevej 17, 8240 Risskov

Periode: 6. – 8. juli

Ugedag: Mandag – onsdag

Tidspunkt: 10.00 – 14.00

Tilmelding via: 19. maj – 16. juni 2026 via VSK Aarhus

Andre oplysninger: Man skal selv medbringe madpakke samt drikkevarer.

BORDROLLESPIL

BORDROLLESPIL (DUNGEONS AND DRAGONS)

Kom og spil Dungeons & Dragons og andre bordrollespil! Her spiller du som en eventyrer, en mægtig magiker, en snedig tyv, en stærk kriger – eller én af de tusind andre karakterer, man kan finde på. Bordrollespil er en måde at spille et spil og skabe en historie sammen. Man sætter sig sammen med 4-5 andre spillere, som hver tager rollen som en karakter, der skal ud på et eventyr. En spilleleder præsenterer en verden og en historie for jer, og I bestemmer, hvad I vil gøre. Historien kan være alt fra at bekæmpe en ond hær af zombier til at udforske et tyveri til at invadere et slot styret af flyvende hvaler. Vi spiller sjove og eventyrlige spil torsdag og fredag, imens lørdag spiller vi mere uhyggelige spil om aftenen Tag med på eventyr og spil bordrollespil med Elysion!

Klassetrin: 4. - 9. klasse

Arrangør: Rollespilsforeningen Elysion

Sted: Tværmarksvej 20A, 8240 Risskov

Periode: den 2. juli, 3. juli og 4. juli

Ugedag: Torsdag, fredag og lørdag

Tidspunkt: Torsdag og fredag kl. 14.00 -18.00, lørdag kl. 18.00 - 22.00

Tilmelding fra: 8. juli kl. 12.00

Tilmelding via:

https://elysionrollespil.dk/elementor-3032/

Andre oplysninger: Først til mølle. På et hold er der 5-6 spillere. Vi har i alt plads til 42 spillere hver dag. Du kan tilmelde dig én, to eller alle tre dage. Der vil ikke være måltid under arrangementet, men vi vil servere snacks, såsom chips og frugt.

Transport: Bus nr. 6A og 1A stopper tæt på. Ellers kan man stå af ved Grenåvej/Stenagervej med de fleste blå busser, der kører nord på.

ARMLÆGNING - FOR BØRN MED SÆRLIGE BEHOV

AARHUS ARMWRESTLING - STÆRKERE SAMMEN

Sjov styrketræning og armbrydning i trygge rammer. Vi laver lege, grebsdueller og kampe med plads til alle.

Aktiviteten tilpasses deltagerens alder og niveau og foregår i mindre grupper.

Klassetrin: 0.- 3. klasse den 2. juli kl. 10.00 - 11.30 på Beder skole, Skoleparken 6, 8330 Beder
4.- 7. klasse den 2. juli kl. 12.00 - 14.00 på Beder skole, Skoleparken 6, 8330 Beder
7. - 9. klasse den 1. juli kl. 14.-00 - 16.00 i Ungdomskulturhuset, Grethe Scheuers Allé 5B, 8000 Aarhus

Arrangør: Aarhus Armwrestling

Sted: Se under klassetrin

Tilmelding via: Tlf. 31 72 53 05 (oplys navn, klassetrin og ønsket dato)

Andre oplysninger: Man skal selv medbringe madpakke samt drikkevarer.

CIRKUS

CIRKUSTRÆNING OG FORESTILLING

Er akrobatik, linedans, ethjulet cykling, jonglering, balancering eller andre cirkusdiscipliner noget for dig? Kunne du tænke dig at være med til at lave et cirkusnummer og vise det for venner og familie? Så har du chancen her. Erfarne artister og instruktører fra Beder BørneCirkus hjælper med at få det hele sat sammen. Det er vigtigt at du kan deltage alle dage.

Klassetrin: 2. - 7. klasse (8 - 14 år)

Arrangør: Beder BørneCirkus

Sted: Det Blå Hus, Oddervej 80, 8270 Højbjerg

Periode: 13. - 16. juli

Ugedag: Mandag - torsdag

Tidspunkt: Mandag - onsdag kl. 9.00 - 13.00, torsdag kl. 10.00 - 18.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 8.00

Tilmelding via: bbc@besked.com

Andre oplysninger: Tilmelding efter først-til-mølle-principet. Alle får mail svar med besked om de har fået en plads. Der er 60 pladser. Husk madpakke, drikkedunk, og inde-gymnastiksko.

Transport: Bus nr. 6A, 16, 18, 100, 103, 302

DANS

HIP-HOP/SHOWDANCE

Kom og dans Hiphop og showdans med nogle af Danmarks dygtigste dansere som instruktører. Masser af sjov og dans til de fedeste hits.

Klassetrin: 1. - 3. klasse

Arrangør: Aarhus Sportsdancerforening

Sted: Arresøvej 43, 8240 Risskov

Periode: 3. - 7. august

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 12.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 8.00

Tilmelding via:

<http://aarhusdans.dk/aktiv-sommer-2026/>

Andre oplysninger: Medbring drikkedunk og snack-madpakke samt indesko.

Transport: Letbanen og mange busmuligheder tæt på

DANCEMIX - EN AFVEKSLENDE INTRODUKTION TIL STILARTERNE LATIN, STANDARD

Dancemix er udviklet af de femdobbelte verdensmestre Kristina og Peter Stokkebroe og er en introduktion til stilarterne latin, standard, hip hop og showdance.

Der vil blive undervist i små serier i hver af stilarterne, således undervisningen bliver afvekslende, samtidig med at I på en sjov måde lærer om kropsholdning, musikalitet, fleksibilitet og styrke, og derved en bredere forståelse af dans.

Klassetrin: 0. - 2. klasse

Arrangør: Aarhus Sportsdancerforening

Sted: Arresøvej 43, 8240 Risskov

Periode: 3. - 7. august

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 12.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 8.00

Tilmelding via:

<http://aarhusdans.dk/aktiv-sommer-2026/>

Andre oplysninger: Medbring drikkedunk og snack-madpakke samt indesko.

Transport: Letbanen og mange busmuligheder tæt på

BREAK - LÆR DE SEJESTE TRICKS AF DANMARKS BEDSTE BREAKERE

Kom og lær Breaking fra nogle af Danmarks dygtigste breakere.

Her vil blive danset og øvet de sejeste tricks. Vi underviser i de basale teknikker i breakdance, samt nogle af de nyeste moves.

Klassetrin: 0. - 2. klasse

Arrangør: Aarhus Sportsdancerforening

Sted: Arresøvej 43, 8240 Risskov

Periode: 3. - 7. august

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 12.30 - 15.30

Tilmelding fra: 8. juni kl. 8.00

Tilmelding via:

<http://aarhusdans.dk/aktiv-sommer-2026/>

Andre oplysninger: Medbring drikkedunk og snack-madpakke samt indesko.

Transport: Letbanen og mange busmuligheder tæt på

KREATIV DANS 0. - 2. KLASSE

På dette sommerhold går vi sammen på opdagelse i dansens univers! Vi skal bevæge os, lege og grine, mens vi sammen finder på nye og spændende måder, at bevæge sig på. Om fredagen inviterer vi venner og familie ind til at se nogle af de øvelser, danse og lege vi har arbejdet med i løbet af ugen til en hyggelig, fælles afslutning.

Klassetrin: 0. - 2. klasse

Arrangør: Teaterhuset Filuren

Sted: Brobjergskolen, Valdemarsgade 1, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 13.00 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 10.00

Tilmelding via:

<https://filuren.dk/kulturskolen-for-teater-og-dans/tilmeldinger>

Andre oplysninger: Der trækkes lod om pladserne den 15. juni, hvorefter man får besked, om man har fået plads eller evt. er på venteliste.

Når holdene er sat, går der mails ud til deltagerne med oplysninger om forplejning, beklædning og andre praktiske meddelelser.

Transport: Brobjergskolen ligger tæt ved Park Allé og hovedbanegården.

KREATIV DANS 3. - 6. KLASSE

Er du nysgerrig på, hvad det vil sige at gå til dans? På dette hold mødes vi om dansegælæden og her er alle velkomne, når vi sammen udforsker bevægelse, musik og dansens spændende teknikker! Om fredagen inviterer vi venner og familie ind til at se nogle af de øvelser og koreografier vi har arbejdet med i løbet af ugen til en hyggelig, fælles afslutning.

Klassetrin: 3. - 6. klasse

Arrangør: Teaterhuset Filuren

Sted: Brobjergskolen, Valdemarsgade 1, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 12.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 10.00

Tilmelding via:

<https://filuren.dk/kulturskolen-for-teater-og-dans/tilmeldinger>

Andre oplysninger: Der trækkes lod om pladserne den 15. juni, hvorefter man får besked, om man har fået plads eller evt. er på venteliste.

Når holdene er sat, går der mails ud til deltagerne med oplysninger om forplejning, beklædning og andre praktiske meddelelser.

Transport: Brobjergskolen ligger tæt ved Park Allé og hovedbanegården.

MODERNE DANS 5. - 8. KLASSE

På dette hold skal vi arbejde med en række danseteknikker og øvelser, som er gode at kende til i arbejdet med moderne dans. For eksempel smidighed, rytme, historiefortælling, balance og fantasi - samt andre gode ting, som bygger en solid "moderne danser-værktøjskasse"! Om fredagen inviterer vi venner og familie ind til at se nogle af de øvelser og koreografier vi har arbejdet med i løbet af ugen til en hyggelig fælles afslutning.

Klassetrin: 5. - 8. klasse

Arrangør: Teaterhuset Filuren

Sted: Brobjergskolen, Valdemarsgade 1, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 10.00 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 10.00

Tilmelding via:

<https://filuren.dk/kulturskolen-for-teater-og-dans/tilmeldinger>

Andre oplysninger: Der trækkes lod om pladserne den 15. juni, hvorefter man får besked, om man har fået plads eller evt. er på venteliste.

Når holdene er sat, går der mails ud til deltagerne med oplysninger om forplejning, beklædning og andre praktiske meddelelser.

Transport: Brobjergskolen ligger tæt ved Park Allé og hovedbanegården.

BALLET, DANS OG SJOV FOR PIGER OG DRENGE

Brug en uge af din sommerferie på at have det sjovt med at danse klassisk og moderne ballet.

Vi afslutter ugen med en visning for familie og venner.

Klassetrin: 2. - 6. klasse

Arrangør: Ballet Akademiet

Sted: Mejlgade 44B, 8000 Aarhus C

Periode: Uge 27: 29. juni - 3. juli

Uge 32: 3. - 7.august

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.30 - 13.30

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: ballet@balletakademiet.dk

Andre oplysninger: Først til mølle princip. Send mail med fulde navn, alder, mobil, mail. I modtager en bekræftelses mail, her i vil det også fremgå hvad der skal bringes til ugen.

Skal selv medbringe frokost, snacks og vandflaske. 20 deltagere pr. uge.

Transport: Letbane

GYMNASTIK

CHEERLEADING UGE 27 (FORMIDDAG + EFTERMIDDAG) - AARHUS TIGERS CHEERLEADERS

Kunne du tænke dig at prøve kræfter med akrobatiske løft, springgymnastik og dans? Så kom og prøv cheerleading med os i Aarhus Tigers Cheerleaders!

Du vil blive udfordret og lære en masse nyt, samtidig med at du får muligheden for at danne nye venskaber i en sport hvor sammenhold og tillid er nøgleord.

Måske har du set cheerleading på TV, måske har du prøvet det før eller måske har du bare hørt om det? Vi glæder os i hvert fald til at lære dig mere om hvad sporten går ud på, og hvordan man både kan dyrke motion og ha' det rigtig sjovt samtidigt.

Klassetrin: 0. - 8. klasse

Arrangør: Aarhus Tigers Cheerleaders

Sted: Viby Skole, Kirkevej 2, 8260 Viby J

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: Formiddag kl. 9.30 - 12.00

Eftermiddag kl. 13.00 - 15.30

Tilmelding fra: 25. juni kl. 12.00

Tilmelding via: Tigers hjemmeside:

www.aarhustigerscheerleaders.dk

eller på: info@tigerscheer.dk

Andre oplysninger: Husk lidt frugt eller anden snack og en drikkedunk med vand eller saft. Praktisk påklædning med sportstøj og indendørs kondisko. Hos Tigers har vi flere hold med blandede drenge og piger. Der kan være max 30 tilmeldte på hvert hold. Når man tilmelder sig, vil man få en bekræftelse.

Transport: Alle busser til Viby Torv kan anvendes: 1A, 4A, 6A, 11 og 14

CHEERLEADING UGE 32 (FORMIDDAG + EFTERMIDDAG) - AARHUS TIGERS CHEERLEADERS

Kunne du tænke dig at prøve kræfter med akrobatiske løft, springgymnastik og dans? Så kom og prøv cheerleading med os i Aarhus Tigers Cheerleaders!

Du vil blive udfordret og lære en masse nyt, samtidig med at du får muligheden for at danne nye venskaber i en sport hvor sammenhold og tillid er nøgleord.

Som afslutning på alt hvad du har lært i ugens løb laver vi en opvisning for forældrene på den sidste dag.

Måske har du set cheerleading på TV, måske har du prøvet det før eller måske har du bare hørt om det? Vi glæder os i hvert fald til at lære dig mere om hvad

sporten går ud på, og hvordan man både kan dyrke motion og ha’ det rigtig sjovt samtidigt.

Klassetrin: 0. - 8. klasse

Arrangør: Aarhus Tigers Cheerleaders

Sted: Tranbjergskolen, Grønløkke afdeling, Grønløkke Alle 9, 8310 Tranbjerg

Periode: 3. – 7. august

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: Formiddag kl. 9.30 - 12.00
Eftermiddag kl. 13.00 - 15.30

Tilmelding fra: 25. juni kl. 12.00

Tilmelding via: Tigers hjemmeside:
www.aarhustigerscheerleaders.dk
eller på: info@tigerscheer.dk

Andre oplysninger: Husk lidt frugt eller anden snack og en drikkedunk med vand eller saft. Praktisk påklædning med sportstøj og indendørs kondisko. Hos Tigers har vi flere hold med blandede drenge og piger. Der kan være max 30 tilmeldte på hvert hold. når man tilmelder sig, vil man få en bekræftelse.

Transport: Busnr.: 4A

SPRINGGYMNASTIK I FANTASTISKE OMGIVELSER

Til de energifyldte er her en unik mulighed for at få undervisning af nogle af Danmarks dygtigste gymnaster i Aarhus Springcenter i Risskov. Dagene vil byde på et tæt pakket program i de fantastiske faciliteter, som indeholder alt hvad hjertet begærer af trampoliner og redskaber, så har du lyst til at lære salto og flikflak, så er det her du skal tilmelde dig.

Klassetrin: 0. - 4. klasse

Arrangør: Gymnastikklub Aarhus – GK Aarhus

Sted: Springcenter Aarhus, hvidkildevej 11, 8240 Risskov

Periode: 6. - 9. juli

Ugedag: Mandag - torsdag

Tidspunkt: Hold 1: Mandag og tirsdag kl. 9.00 - 14.00
Hold 2: onsdag og torsdag kl. 9.00 – 14.00

Tilmelding fra: 10. juni

Tilmelding via: <https://gkaarhus.dk/events>

Andre oplysninger: Hold 1: mandag og tirsdag. Hold 2: onsdag og torsdag. GK Aarhus vil være vært for noget frugt og kiks alle dage.

Vigtigt at du har tøj på, som du nemt kan bevæge dig i og medbringer en drikkedunk. Tilmelding er først til mølle. På hvert hold kan der være 20 drenge og 20 piger.

Transport: Bus nr. 1A, 13, 15, 100, 121, 122, 123

SPRINGSKOLE 1

Lær at springe i trampolin, slå flik-flak, lave salto og meget mere.

Klassetrin: 1. - 6. klasse

Arrangør: DGI Huset Aarhus

Sted: Værkmestergade 17, 8000 Aarhus C

Periode: Uge 28: 6. - 10. juli
Uge 29: 13. - 17. juli
Uge 30: 20. - 24. juli
Uge 31: 27.- 31. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 12.00

Tilmelding fra: 10. juni kl. 11.00

Tilmelding via: Tilmelding foretages KUN online via DGI Husets bookingsystem, som du finder link til på www.dgi-huset.dk. Der kan ikke bookes eller foretages tilmeldinger pr. telefon, mail eller ved personlig henvendelse.

Andre oplysninger: Der er ikke forplejning med i aktiviteten.

Transport: Alle busruter kan benyttes og letbanen.

SPRINGSKOLE 2

Lær at springe i trampolin, slå flik-flak, lave salto og meget mere.

Klassetrin: 1. - 6. klasse

Arrangør: DGI Huset Aarhus

Sted: Værkmestergade 17, 8000 Aarhus C

Periode: Uge 28: 6. - 10. juli
Uge 29: 13. - 17. juli
Uge 30: 20. - 24. juli
Uge 31: 27.- 31. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 13.00 - 16.00

Tilmelding fra: 10. juni kl. 11.00

Tilmelding via: Tilmelding foretages KUN online via DGI Husets bookingsystem, som du finder link til på www.dgi-huset.dk. Der kan ikke bookes eller foretages tilmeldinger pr. telefon, mail eller ved personlig henvendelse.

Andre oplysninger: Der er ikke forplejning med i aktiviteten.

Transport: Alle busruter kan benyttes og letbanen.

HESTE

HEST OG RIDNING

Er du også vild med heste? Så har du nu mulighed for at prøve at holde ferie med hestene i Sabro Rideklub. Ugen vil indeholde læring om, samvær med og pleje af hestene, samt social fællesskab på tværs af aldersgrupper. Desuden vil vi ride lidt alle dage.

Klassetrin: 0. - 9. klasse

Arrangør: Sabro Rideklub

Sted: Sabro Rideklub, Grønvej 110, 8471 Sabro

Periode: Uge 28: 6.- 10. juli
Uge 29: 13. – 17. juli
Uge 30: 20. - 24. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 13.30

Tilmelding fra: 8. juni kl. 10.00 - 12.00

Tilmelding via: hestepleje@gmail.com

Mailen SKAL indeholde følgende oplysninger: Barnets navn, alder, erfaring med heste/ridning, kontakt-telefon, kontakt-mail og hvilke/-n uger der søges til.

Besked om man er kommet med på holdet gives via mail hurtigst muligt efter tilmelding.

Andre oplysninger: Forplejning er ikke inkluderet. Vi har mange tilmeldinger og kun få pladser, derfor ansøges om plads ved overstående mail. Hvis man får en plads, så får man svar på den mail, som man har sendt tilmeldning fra indenfor 5 dage. Pladsen skal derefter bekræftes

Transport: Bus nr. 14 eller 114

RIDNING FOR BEGYNDERE – FOR BØRN MED SÆRLIGE BEHOV

RIDNING FOR BEGYNDERE

En hyggelig introduktion til ridning – helt uden krav om tidligere erfaring!

Vi starter dagen i stalden, hvor børnene lærer at omgås hestene og håndtere dem sikkert. Derefter rider vi en tur i ridehallen eller i naturen. Efter ridturen hjælper vi med at sadle af og hygger os med aktiviteter i stalden.

Klassetrin: 3. – 9. klasse

Arrangør: Åstrup Sportsrideklub

Sted: Åstrup Strandvej 70, 8541 Skødstrup

Periode: Uge 28: torsdag – lørdag: den 9. - 11. juli
Uge 32: fredag – søndag den 7. - 9. august

Tidspunkt: 10.00 – 14.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 8.00

Tilmelding via: rideskole@aastrk.dk

Andre oplysninger: Husk madpakke – vi sørger for snacks. Har dit barn behov for én-til-én-støtte, skal en voksen ledsager deltage.

KAMPSPORT

SOMMERSKOLE I KAMPSPORT

Kom ned og prøv Thai/kick - boksning i en uges træning i The Colosseums egne lokaler. Undervisningen indeholder elementer fra Thai/kick - boksning, hvor der arbejdes med slag og sparke teknikker. Derudover vil der kunne forventes leg, ture ud af huset og en masse sjov.

Klassetrin: 4. - 8. klasse

Arrangør: The Colosseum

Sted: Banegårdsgade 36 A kld., 8000 Aarhus C

Periode: Uge 27: 29. juni. - 5 jul
Uge 28: 6 juli. - 10. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 8.00

Tilmelding via: Personligt fremmøde mandag - torsdag kl. 16.00 – 20.00, fredag kl. 16 - 18.00. På tlf.nr. 86 19 36 01 eller på mail: info@thecolosseum.dk

Andre oplysninger: Vi har badefaciliteter og et opholdsrum. Husk mad og drikke til formiddagen. Max 20 deltagere.

Transport: Alle busruter kan benyttes eftersom vi befinder os i midtbyen

JAPANSK KAMPKUNST

Lær at tumle som en Ninja og kæmpe som en Samurai!

Pas bedre på dig selv og dem omkring dig. Træn krop, sind og sanserne.

Som et biprodukt lærer du selvforsvar og gode værdier som respekt for hinanden og disciplin.

Klassetrin: 6. - 9. klasse (før sommerferie)

Arrangør: Aikido Yuishinkai Aarhus

Sted: Møllevangsskolen, Møllevangs Allé 20, 8210 Aarhus V (Gymnastiksal 3)

Periode: Uge 31: 27.- 31. juli
Uge 32: 3. - 7. august

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: Hold 1: kl. 9.00 - 10.30
Hold 2: kl. 10.30 - 12.00

Dem som kan fokusere, må deltage i begge hold efter 1. møde.

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via:

Tilmeld via: www.aikidoaarhus.dk/nye-medlemmer/
2. Udfyld formularen i bunden og vælg Aktivsommer.

Andre oplysninger: Max 12 deltagere per hold med fast træner. Man skal man møde omklædt i træningstøj og medbring gerne en vanddunk.

Praktisk info med guide til lokalet:
www.aikidoaarhus.dk/praktisk-info/

Transport: Busnr. 13 og 5A (med ca. 2-5min gå-afstand)

AIKIDO MERE OG ANDET END SELVFORSVAR

Lær at passe på dig selv og andre. Få mere selvtillid og undgå mobning.

Klassetrin: 2. - 9. klasse

Arrangør: Aikido Mushinkai (Ki-kai, Aarhus)

Sted: Møllevangsskolen, Møllevangs Allé 20, 8210 Aarhus V (Gymnastiksal 3)

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 2. - 4. klasse: kl. 12 – 13
5. - 7. klasse: kl. 13 – 14
7. - 9. klasse: kl. 14 – 15

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: via tlf.: 41 10 27 27
eller via mail: sorenz63@gmail.com

Andre oplysninger: Der er normal plads til alle. 10 deltagere pr. klassegruppe. Husk madpakke og en drikkedunk.

Transport: Bus nr. 13 og 5A (med ca. 2-5min gå-afstand)

KLATRING

KLATRESKOLE 1

Lær at klatre op i en 16 meters højde på en af Danmarks højeste klatrevægge

Klassetrin: 1. - 6. klasse

Arrangør: DGI Huset Aarhus

Sted: Værkmestergade 17, 8000 Aarhus C

Periode: Uge 28: 6. - 10. juli
Uge 29: 13. - 17. juli
Uge 30: 20. - 24. juli
Uge 31: 27.- 31. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 12.00

Tilmelding fra: 10. juni kl. 11.00

Tilmelding via: Tilmelding foretages KUN online via DGI Husets bookingsystem, som du finder link til på www.dgi-huset.dk. Der kan ikke bookes eller foretages tilmeldinger pr. telefon, mail eller ved personlig henvendelse.

Andre oplysninger: Der er ikke forplejning med i aktiviteten.

Transport: Alle busruter kan benyttes og letbanen.

KLATRESKOLE 2

Lær at klatre op i en 16 meters højde på en af Danmarks højeste klatrevægge

Klassetrin: 1. - 6. klasse

Arrangør: DGI Huset Aarhus

Sted: Værkmestergade 17, 8000 Aarhus C

Periode: Uge 28: 6. - 10. juli
Uge 29: 13. - 17. juli
Uge 30: 20. - 24. juli
Uge 31: 27.- 31. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 13.00 - 16.00

Tilmelding fra: 10. juni kl. 11.00

Tilmelding via: Tilmelding foretages KUN online via DGI Husets bookingsystem, som du finder link til på www.dgi-huset.dk. Der kan ikke bookes eller foretages tilmeldinger pr. telefon, mail eller ved personlig henvendelse.

Andre oplysninger: Der er ikke forplejning med i aktiviteten.

Transport: Alle busruter kan benyttes og letbanen.

KREATIVITET

LEG MED MEDIER I IRIS LAB PÅ DOKK1

Kom og vær de første til at prøve det nye IRIS Lab, hvor vi i 3 spændende dage vil eksperimentere med medier. Du kan blandt andet prøve at undersøge livet i havnen med undervandskameraer, lave podcast i lydstudiet eller prøve VR.

Klassetrin: 4. - 6. klasse

Arrangør: Aarhus hovedbibliotek, Dokk1

Sted: Hack Kampmanns Plads 2, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 1. juli

Ugedag: Mandag - onsdag

Tidspunkt: 9.00 - 13.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 10.00

Tilmelding via: ersb@aarhus.dk eller til: silr@aarhus.dk

Andre oplysninger: Der er plads til max. 12 deltagere, og tilmeldingen gælder alle tre dage.

Deltagerne skal selv medbringe en madpakke. Vi mødes mandag kl. 9 i informationen på niveau 1, Dokk1.

Transport: Letbanen kører lige til døren

BYEN KALDER - KREATIV SOMMERSKOLE FOR BØRN OG UNGE

Kom og vær med til fem fantastiske sommerdage på Arkitektskolen Aarhus, hvor du kan udforske byens rum og få nye venner.

Arkitekter fra Utzon Center og studerende fra arkitektskolen står klar med en sommerskole, hvor du kommer til at arbejde med nogle af arkitektens metoder og redskaber, når du skal eksperimentere, tegne, designe og bygge. Og så kommer du til at være sammen med andre børn med samme interesser.

Klassetrin: 4. - 7. klasse (aldersgruppe 10 - 14 år)

Arrangør: Arkitektskolen Aarhus

Sted: Exners Plads 7, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: <https://aarch.dk/sommerskole-2026>

Andre oplysninger: Tilmelding sker efter først-til-mølle-princippet. Egen madpakke, tøj til at arbejde i - og måske penge til is skal medbringes. Der er plads til 12 børn på holdet.

MODELLERING (LAV SMÅ FIGURER I LER)

Er du vild med at være kreativ? Mandag til torsdag i uge 27 og 28 kan du lave dine egne seje og sjove figurer i ler. Brug fantasien, prøv forskellige former og teknikker, og skab noget helt unikt. Du behøver ikke have prøvet det før!

Klassetrin: 4. - 7. klasse (aldersgruppe 10 - 14 år)

Arrangør: FOF - Folkeligt Oplysnings Forbund

Sted: Søren Frichs Vej 36 G, 8230 Åbyhøj

Periode: Uge 27: 29. juni - 2. juli

Uge 28 : 6. - 9. juli

Ugedag: Mandag - torsdag

Tidspunkt: 10.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: <https://www.fof.dk/aarhus>

Andre oplysninger: Der er ikke forplejning med i aktiviteten.

TEGNING

Lær at tegne MANGA

Klassetrin: 4. - 7. klasse (aldersgruppe 10 - 14 år)

Arrangør: FOF - Folkeligt Oplysnings Forbund

Sted: Søren Frichs Vej 36 G, 8230 Åbyhøj

Periode: Uge 27: 29. juni - 2. juli

Uge 28 : 6. - 9. juli

Ugedag: Mandag - torsdag

Tidspunkt: 10.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: <https://www.fof.dk/aarhus>

Andre oplysninger: Der er ikke forplejning med i aktiviteten.

PÅ EVENTYR

I JAKOB MARTIN STRIDS UNIVERS

Kunne du tænke dig at lave kunst som Mimbo Jimbo? Eller hvad med at bygge din helt egen version af Den Fantastiske Bus? Så meld dig til sommerens mest fantastifulde ferieaktiviteter. Alle aktiviteterne er inspireret

af børnebogsforfatter Jakob Martin Strids legende bøger. Dagene bliver en kombination af fysiske aktiviteter, udforskning af universer, sjove lege og kreative eventyr. Der er både noget for de legesyge, de kreative og dem, der elsker en gode historie.

Klassetrin: 1. - 3. klasse

Arrangør: Viby Bibliotek

Sted: Skanderborgvej 170, 8260 Viby J

Periode: 29. juni - 2. juli

Ugedag: Mandag - torsdag

Tidspunkt: 9.00 - 12.00

Tilmelding fra: fra den 8. juni og senest onsdag den 21. juni

Tilmelding via: Skriv en mail til: katkoni@aarhus.dk

Andre oplysninger: Max. 12 deltagere.Medbring selv madpakke.

Først-til-mølle -tilmelding med bekræftelsesmail.

Tilmeldingen er bindende for alle fire dage.

Transport: Bus nr. 1A, 4A, 14

SOMMERCAMP PÅ GELLERUP BIBLIOTEK

Kan du lide at læse, lege med teknologi og være kreativ? Så er Sommercamp på Gellerup Bibliotek noget for dig! I løbet af ugen skal vi fordybe os i spændende aktiviteter, der kombinerer læselyst, krea og teknologi. Vi skal arbejde med kreative projekter og udstillinger i biblioteket. Få tid til læsning og masser af inspiration til gode bøger. Torsdag tager vi til Dokk1, hvor vi besøger IRIS Lab. Her får vi en eksklusiv rundvisning og prøver spændende aktiviteter.

Klassetrin: 4. - 6. klasse

Arrangør: Gellerup Bibliotek

Sted: Gudrunsvvej 78, 8220 Brabrand (torsdag på Dokk1, Hack Kampmanns Plads 2, 8000 Aarhus C)

Periode: 29. juni - 2. juli

Ugedag: Mandag - torsdag

Tidspunkt: 9.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: gellerupbibliotek@aarhus.dk

Andre oplysninger: Husk at medbringe madpakke og drikkedunk hver dag. Forældres telefonnumre indhentes ved tilmelding, og GDPR-tilladelser skal udfyldes.

Transport: Busnr. 4A

KUNST (KUNST, TEGN, MAL)

TEGN OG MAL I DEN GAMLE BY

Kan du lide at tegne og male? I Den Gamle By er der mange fine motiver og spændende, historiske huse og ting, som det er sjovt at tegne og male. To undervisere hjælper dig igennem en uges kursus med teknikker og materialer, så du kan få nogle flotte billeder med hjem. Det foregår over en hel uge fra mandag til fredag, hver dag kl. 10-14. Man kan IKKE tilmelde sig enkelte dage.

Om fredagen laver vi en udstilling af alle deltagernes billeder.

Klassetrin: 2. - 8. klasse

Arrangør: Undervisningsteamet, Den Gamle By

Sted: Den Gamle By, Viborgvej 2, 8000 Aarhus C

Periode: Uge 27: 29. juni - 3. juli

Uge 28: 6. - 10. juli

Uge 32: 3. - 7. august

Ugedag: Ugekursus (Mandag-fredag)

Tidspunkt: 10.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: www.dengambleby.dk/aktivsommerferie

Andre oplysninger: Forløbet varer fra mandag til fredag. Vi forventer at barnet kan deltage alle dage.

Der tilbydes ikke forplejning, så husk madpakke og drikkevarer.

Max. 24 deltagere. Tilmeldingslinket er først aktivt fra mandag d. 8. juni.

Ved for mange tilmeldte trækkes lod

Transport: Bus nr. 3A, 14, 4A, 11, (5A)

EKSPERIMENTERENDE KUNST - GENBRUG

Vi skal lave eksperimenterende kunst og arbejde med genbrug. Vi skal være inde og ude og lave fine, skøre og skæve værker. Den sidste dag inviterer vi din familie til fernisering på den lille udstilling som vi arbejder med at skabe gennem de tre dage.

Klassetrin: 2. - 4. klasse

Arrangør: Museum Ovarcuci

Sted: Museum Ovarcuci Børn & Unge Atelier, Olof Palmes Allé 11, 8200 Aarhus N

Periode: 30 juni - 2. juli

Ugedag: Tirsdag, onsdag, torsdag

Tidspunkt: 10.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: boern@ovartaci.dk

Andre oplysninger: Husk praktisk tøj og madpakke.

Transport: Letbanen, bus nr. 6A

TEGNEVÆRKSTED 1

Vi tegner på sommerskolen. Der er både klassiske og alternative tegneøvelser, suppleret op med grafiske tryk. Der tegnes med et bredt udvalg af materialer og motiver, og den ene dag tegner vi ude af huset. Vi afslutter med en lille udstilling.

Klassetrin: 2. - 5. klasse

Arrangør: Aarhus Billed-og Medieskole

Sted: Valdemarsgade 1E, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 2. juli

Ugedag: Mandag - torsdag

Tidspunkt: 10.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 9.00

Tilmelding via:

aarhusbilledogmedieskole.dk/sommerhold/

Andre oplysninger: Tilmelding åbner mandag d. 8. juni kl. 9 og lukker mandag d. 15. juni kl. 9. Deltagere findes ved lodtrækning. Max. 13 deltagere.

Transport: De fleste busser samt Letbanen kan benyttes

TEGNEVÆRKSTED 2

Gennem tegneøvelser og tegnelege undersøger og eksperimenterer vi med forskellige materialer, teknikker og udtryk. Vi prøver også grafisk tryk, og du får din egen skitsebog og laver din egen tegnemappe til alle værker. Tegneværkstedet afsluttes med en lille udstilling.

Klassetrin: 3. - 7. klasse

Arrangør: Aarhus Billed-og Medieskole

Sted: Valdemarsgade 1E, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 2. juli

Ugedag: Mandag - torsdag

Tidspunkt: 10.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 9.00

Tilmelding via:

aarhusbilledogmedieskole.dk/sommerhold/

Andre oplysninger: Tilmelding åbner mandag d. 8. juni kl. 9 og lukker mandag d. 15. juni kl. 9. Deltagere findes ved lodtrækning. Max. 13 deltagere.

Transport: De fleste busser samt Letbanen kan benyttes

TEGNESERIETEGNING

Fortæl en historie med billeder. Du kan skabe dit eget univers, når du laver tegneserier, og fyldte det med superhelte og heltinder, talende dyr og drager, magi og kærlighed. Vi skal lære om tegning og fortælleteknik. Vi tegner i hånden og bruger ikke computer.

Klassetrin: 2. - 7. klasse

Arrangør: Aarhus Billed-og Medieskole

Sted: Valdemarsgade 1E, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 2. juli

Ugedag: Mandag - torsdag

Tidspunkt: 10.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 9.00

Tilmelding via:

aarhusbilledogmedieskole.dk/sommerhold/

Andre oplysninger: Tilmelding åbner mandag d. 8. juni kl. 9 og lukker mandag d. 15. juni kl. 9. Deltagere findes ved lodtrækning. Max. 13 deltagere.

Transport: De fleste busser samt Letbanen kan benyttes

DRAWING – TEGNING

Kom og tegn med os i UKH. Alle er velkomne, både begyndere og øvede. Kurset er en blanding af tegneteknikker og den kreative proces. Under dette kursus kommer vi til at gå igennem observationstegning, model, perspektivtegning, farveteori. Kom og vær med til en hyggelig uge med masser af kreativitet. Undervisningen foregår på engelsk.

Klassetrin: 7. - 10. klasse

Arrangør: Ungdomskulturhuset - UKH

Sted: Tage-Hansens Gade 8b, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 10.00 - 15.00

Tilmelding fra: 10. juni kl. 9.00

Tilmelding via: ukhungdomskulturhuset@gmail.com

Andre oplysninger: Efter den 16. juni modtager du en mail fra os, hvori du får at vide, om du har fået en plads på holdet. Der er plads til 10 på holdet.

Der vil være gratis te og kaffe, men du skal selv medbringe mad/drikke.

Transport: Busnr.: 4A, 5A,11, 14, 113, 114 og 118 holder alle tæt på UKH.

KERAMIK

Keramik – Skab dit eget!

Er du klar til at forme, modelere og skabe? I denne keramikundervisning lærer du at arbejde kreativt med ler. Vi udforsker forskellige teknikker som drejning, modelering og formning, og du får tid til at lave lige det, du drømmer om – kun fantasien sætter grænser. Undervisningen vil både byde på konkrete opgaver, der giver rammerne for dine projekter, og masser af tid til fri leg, hvor du kan udfolde dine egne idéer.

Sammen gør vi ler til kunst!

Så kom og vær med – lad din fantasi få frit spil!

Klassetrin: 7. - 10. klasse

Arrangør: Ungdomskulturhuset - UKH

Sted: Tage-Hansens Gade 8b, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 10.00 - 15.00

Tilmelding fra: 10. juni kl. 9.00

Tilmelding via: ukhungdomskulturhuset@gmail.com

Andre oplysninger: Efter den 16. juni modtager du en mail fra os, hvori du får at vide, om du har fået en plads på holdet. Der er plads til 20 på holdet.

Der vil være gratis te og kaffe, men du skal selv medbringe mad/drikke.

Transport: Bus nr.: 4A, 5A,11, 14, 113, 114 og 118 holder alle tæt på UKH.

MADLAVNING MED MENING

DET KÆRLIGE SOMMERKØKKEN

Vær med til at lave mad til sygdomsramte familier i fællesskab med andre unge. Vi laver nærende og velsmagende mad fra bunden, lærer nye teknikker i køkkenet og har det sjovt sammen, mens vi gør en forskel for andre.

Klassetrin: 6. - 8. klasse

Arrangør: Det Kærlige Måltid

Sted: Kalkværksvej 3, T2, st. 8000 Aarhus C (TRÆ)

Periode: 29. juni - 2. juli

Ugedag: Mandag - torsdag

Tidspunkt: 10:00 - 15:00 (mandag - onsdag)
13:00 - 19:00 (torsdag)

Tilmelding fra: 6. juni kl. 10.00

Tilmelding via:

projektkoordinator@detkaerligemaaltid.dk

Andre oplysninger: Tilmelding sker efter først-til-mølle princippet. Deltagelse er for alle fire dage.

Vi inviterer 20 deltagere på besøg i Det Kærlige Sommerkøkken. Det Kærlige Måltid sørger for forplejning alle dage.

Torsdag d. 2. juli kl. 17.00 inviteres pårørende på besøg i Det Kærlige Sommerkøkken til et indblik i ugen der gik og fællesspisning (3 pårørende pr. deltager).

Program for ugen og andre relevante informationer sendes via mail inden aktivitetens start.

Transport: Vores køkken er placeret tæt på busterminal, hovedbanegård og letbane.

PÅ VANDET

ROSKOLE, HOLD- OG INDIVIDUEL SPORT, FÆLLESSKAB, NATUR OG MOTION

Aktiviteten er målrettet piger og drenge, 6. og 7. klassetrin i skoleår 2025/26. Deltagerne skal møde op senest kl. 9.30, hvor vi, alt efter vind og vejr, påbegynder dagens program, enten ude på vandet, indendørs i træningslokalet eller måske starter med en alternativ aktivitet. Vi satser på roning i robåde på Brabrand Sø. Vi benytter primært større holdbåde, som f.eks. en båd med 8 roere og en styrmand, men der er samtidig også mulighed for at afprøve mindre bådtyper, hvor du ror alene eller sammen med en makker.

Roning er en alsidig sport, der ikke kun fokuserer på fysisk styrke og kondition, men også på samarbejde, stort positivt forpligtende støttende fællesskab og individuel aktivitet. I Aarhus Roklubs ungdomsafdeling på Brabrand Rostadion får du mulighed for at prøve det hele i løbet af aktivitetens ugen.

Klassetrin: 6. - 7. klasse (skoleår 2025/2026)

Arrangør: Aarhus Roklub

Sted: Brabrand Rostadion, Vandværksvej 14, 8260 Brabrand

Periode: 3. - 7. august

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.30 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: Tilmelding til Aarhus Roklubs ferieaktivitet/roskole 2026 sker ved indmeldelse i Aarhus Roklub UDEN KRAV OM KONTINGENTBETALING: <https://www.aarhusroklub.dk/meld-dig-ind-her>

Andre oplysninger: Venligst - benyt standard indmeldelsesblanket. Du bliver bedt om oplysning på betalingskort ved indmeldelse. Dette er normal procedure ved indmeldelse, MEN BENYTTES IKKE VED DENNE AKTIVITET. I rubrikken "Tidligere medlem af roklub", skriv: "Sommer Roskole"

Transport: Bus nr.: 11 eller 12

SEJLADS- OG STRANDAKTIVITETER

Har du lyst til at prøve at sejle rigtigt ude på vandet? Hos Søspejderne i Aarhus kan du hoppe ombord i en sejlbåd og mærke vinden i sejlene! Vi sejler, laver vandkampe, tager på små opdagelsesture, hygger med bål, fanger krabber og bader på stranden.

Kom og vær med til hygge, saltvand i håret og masser af sommerstemning!

Klassetrin: 4. - 6. klasse

Arrangør: Stifinderne Sø, Søspejdergruppe i Det Danske Spejderkorps

Sted: Marselisborg Havnevej 100 A, 8000 Aarhus C

Periode: 6. - 9. juli

Ugedag: Mandag - torsdag

Tidspunkt: 10.00 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 18.30

Tilmelding via: www.stifinderne.dk/sommer

Andre oplysninger: Lyst til sejlsads forventes. Der er ingen forplejning. I tilfælde af for mange tilmeldte, udvælges deltagere ud fra tilmeldingernes modtagelses-tidspunkts dato og tid, samt også en jævn fordeling på alder og køn.

Transport: til Tangkrogen / Marselisborg Havn

SEJLADS I OPTIMISTJOLLE

Du skal lære at sejle med sejl i en optimistjolle, men der vil også være andre vandaktiviteter.

Den eneste forudsætning du skal have, er lysten til at lære at sejle, og at du kan lide vandaktiviteter.

Du behøver IKKE medbringe specielt udstyr, kun godt humør. Vi stiller alt nødvendigt udstyr til rådighed.

Klassetrin: 2. - 10. klasse

Arrangør: Kaløvig Bådelaug

Sted: Sailing Århus/Århus Internationale Sejlsportscenter - Esther Aggebos Gade 80A, 8000 Aarhus C

Periode: 6. - 10. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 16.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: kbloptimist@gmail.com

Andre oplysninger: Tilmelding sker ved "først til mølle" princip. Du skal selv medbringe madpakke og drikke til hele dagen. Max. 30 deltagere.

Transport: Bus nr. 3A

SEJLADS I OPTIMISTJOLLE

Du skal lære at sejle med sejl i en optimistjolle, men der vil også være andre vandaktiviteter.

Den eneste forudsætning du skal have, er lysten til at lære at sejle, og at du kan lide vandaktiviteter.

Du behøver IKKE medbringe specielt udstyr, kun godt humør.

Vi stiller alt nødvendigt udstyr til rådighed.

Klassetrin: 2. - 10. klasse

Arrangør: Kaløvig Bådelaug

Sted: Åstrup Strandvej 68A, 8541 Skødstrup

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 16.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: kbloptimist@gmail.com

Andre oplysninger: Tilmelding sker ved "først til mølle" princip. Du skal selv medbringe madpakke og drikke til hele dagen. Max. 30 deltagere.

Transport: Bus nr. 17

SOMMERKOLE FOR DE VANDGLADE

Måske du ikke kom til Hawaii i år, så kom ned til AWC hvor nogle af vores bedste wakeboardere står klar til at instruere dig på vandet. Oplev surferstemningen og prøv dit første wakeboard trick hos os!

Husk at du skal være glad for vand og kunne svømme før du tilmelder dig. Sommerskolen er for alle! Om du

er øvet eller begynder, så sikre vi dig at oplevelsen vil være sjov uanset hvad. Målet er at efter at have deltaget på sommerskolen, så kan du stå på Wakeboard, Vandski og SUP - Og måske endda du kan gå herfra med et par tricks i baglommen, vi garanterer dog, at du går her fra med en uforglemmelig oplevelse og et smil på læben!

Klassetrin: 5. - 9. klasse

Arrangør: Aarhus Watersports Complex

Sted: Hveensgade 3, 8000 Aarhus C

Periode: Uge 27: 29. juni - 3. juli
Uge 28: 6. juli - 10. juli
Uge 29: 13. juli - 17. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 8.30 - 14.30

Tilmelding fra: 8. juni kl. 9.00

Tilmelding via:

<https://app.wakeque.com/awc/products/sommerskole2026>

Andre oplysninger: Tilmelding er først til mølle, børn & unge som ikke har været på sommerskole hos os før, har fortrinsret.

Vær opmærksom på at tilmeldingen åbner den 8. juni kl. 9.00 og ansøgninger modtaget før dette tidspunkt, bliver ikke taget i betragtning.

Husk madpakke og drikke

Transport: Tag Letbanen til Østbanetorvet, herefter er der en 5 minutters gåtur til AWC. Bus nr. 3A.

ROLLESPIL

TIDSREJSEN TIL 1864

Vil du gerne vide, hvordan børn i Danmark havde det for 170 år siden?

I dette rollespil rejser du hver dag i en uge tilbage til livet som barn i 1864.

Alle får historiske dragter på, og I skal arbejde, gå i skole og lege rundt omkring i Den Gamle By, sådan som børn gjorde dengang.

Det foregår over en hel uge fra mandag til fredag, hver dag kl. 10-15.

Man kan IKKE tilmelde sig enkelte dage.

Klassetrin: 3. - 6. klasse

Arrangør: Undervisningsteamet, Den Gamle By

Sted: Den Gamle By, Viborgvej 2, 8000 Aarhus C

Periode: Uge 27: 29. juni - 3. juli
Uge 28: 6. - 10. juli
Uge 32: 3. - 7. august

Ugedag: Ugekursus (Mandag-fredag)

Tidspunkt: 10.00 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: www.dengambleby.dk/aktivsommerferie

Andre oplysninger: Forløbet varer fra mandag til fredag – vi forventer at barnet kan deltage alle dage. Der tilbydes ikke forplejning, så husk madpakke og drikkevarer. Ved for mange tilmeldte trækkes der lod om pladserne. Tilmeldingslinket er først aktivt fra d. 8. juni 2026. ALLE får besked hurtigst muligt efter tilmeldingsfristen.

Transport: Bus nr. 3A, 14, 4A, 11, (5A)

TIDSREJSEN I DEN GAMLE BY, TILBAGE TIL 70'ERNE

Har du lyst til at være med i et rollespil, hvor du får mulighed for at prøve at være barn på et fritidshjem i 70'erne, som dengang dine bedsteforældre var børn? I løbet af ugen laver vi aktiviteter, ser dokumentarfilm og går på opdagelse i vores 70'er bydel. Vi leger også sanglege og planlægger demonstrationer, som vi bruger i et rollespil i slutningen af ugen. Det foregår over en hel uge fra mandag til fredag, hver dag kl. 10-15. Man kan IKKE tilmelde sig enkelte dage.

Klassetrin: 4. - 6. klasse

Arrangør: Undervisningsteamet, Den Gamle By

Sted: Den Gamle By, Viborgvej 2, 8000 Aarhus C

Periode: Uge 27: 29. juni - 3. juli
Uge 28: 6. - 10. juli
Uge 32: 3.-7. august

Ugedag: Ugekursus (Mandag-fredag)

Tidspunkt: 10.00 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: www.dengambleby.dk/aktivsommerferie

Andre oplysninger: Forløbet varer fra mandag til fredag – vi forventer at barnet kan deltage alle dage. Der tilbydes ikke forplejning, så husk madpakke og drikkevarer. Ved for mange tilmeldte trækkes der lod om pladserne. Tilmeldingslinket er først aktivt fra d. 8. juni 2026. ALLE får besked hurtigst muligt efter tilmeldingsfristen.

Transport: Bus nr. 3A, 14, 4A, 11, (5A)

SANG & TEATER

TEATER (0. - 2. KLASSE)

Har du lyst til at prøve at spille teater? På dette sommerhold dykker vi sammen ned i teatrets verden! Vi skal lege, lave en masse teaterøvelser og arbejde med karakterer og roller. Om fredagen inviterer vi venner og familie ind til at se nogle af de øvelser, scener og lege vi har arbejdet med i løbet af ugen til en hyggelig, fælles afslutning.

Klassetrin: 0. - 2. klasse

Arrangør: Teaterhuset Filuren

Sted: Brobjergskolen, Valdemarsgade 1, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 13.00 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 10.00

Tilmelding via:

https://filuren.dk/kulturskolen-for-teater-og-dans/tilmeldinger

Andre oplysninger: Der trækkes lod om pladserne den 15. juni, hvorefter man får besked, om man har fået plads eller evt. er på venteliste.

Når holdene er sat, går der mails ud til deltagerne med oplysninger om forplejning, beklædning og andre praktiske meddelelser.

Transport: Brobjergskolen ligger tæt ved Park Allé og hovedbanegården.

TEATER (3. - 6. KLASSE)

Har du lyst til at prøve at spille teater? På dette sommerhold dykker vi sammen ned i teatrets verden! Vi skal lege, lave en masse teaterøvelser og arbejde med karakterer og roller. Om fredagen inviterer vi venner og familie ind til at se nogle af de øvelser, scener og lege vi har arbejdet med i løbet af ugen til en hyggelig, fælles afslutning.

Klassetrin: 3. - 6. klasse

Arrangør: Teaterhuset Filuren

Sted: Brobjergskolen, Valdemarsgade 1, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 12.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 10.00

Tilmelding via:

https://filuren.dk/kulturskolen-for-teater-og-dans/tilmeldinger

Andre oplysninger: Der trækkes lod om pladserne den 15. juni, hvorefter man får besked, om man har fået plads eller evt. er på venteliste.

Når holdene er sat, går der mails ud til deltagerne med oplysninger om forplejning, beklædning og andre praktiske meddelelser.

Transport: Brobjergskolen ligger tæt ved Park Allé og hovedbanegården.

TEATER (5. - 8. KLASSE)

Har du lyst til at prøve at spille teater? På dette sommerhold dykker vi sammen ned i teatrets verden! Gennem en masse teaterøvelser og -lege udforsker vi en række karakterer, scenarier og roller. Om fredagen inviterer vi venner og familie ind som publikum til et spændende indblik i, hvad vi sammen har arbejdet på i løbet af ugen.

Klassetrin: 5. - 8. klasse

Arrangør: Teaterhuset Filuren

Sted: Brobjergskolen, Valdemarsgade 1, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 10.00 - 15.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 10.00

Tilmelding via:

https://filuren.dk/kulturskolen-for-teater-og-dans/tilmeldinger

Andre oplysninger: Der trækkes lod om pladserne den 15. juni, hvorefter man får besked, om man har fået plads eller evt. er på venteliste.

Når holdene er sat, går der mails ud til deltagerne med oplysninger om forplejning, beklædning og andre praktiske meddelelser.

Transport: Brobjergskolen ligger tæt ved Park Allé og hovedbanegården.

TEATER PÅ BAKKEGÅRDSSKOLEN

Har du lyst til at prøve at spille teater? På dette sommerhold på Bakkegårdsskolen dykker vi sammen ned i teatrets verden! Vi skal lave vores egne roller og små scener. Vi skal lege og finde på historier sammen. Om fredagen inviterer vi venner og familie ind som publikum til et spændende indblik i, hvad vi sammen har arbejdet på i løbet af ugen.

Klassetrin: 1. - 3. klasse

Arrangør: Teaterhuset Filuren

Sted: Bakkegårdsskolen, Bjørnshøjvej 1 8380 Trige

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 10.00 - 12.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 10.00

Tilmelding via:

https://filuren.dk/kulturskolen-for-teater-og-dans/tilmeldinger

Andre oplysninger: Holdet foregår i Bakkegårdsskolens SFO. Man kan godt tilmelde sig, selvom man ikke går i SFO’en

SOMMERKORSKOLE

Velkommen til Helligåndskirkens Sommerkorskole

Sommeren er over os, og vi tilbyder spændende fe-riaktiviteter for børnene de sidste dage af skolernes sommerferie. Vi runder dagene af med en koncert for alle interesserede fredag kl. 14.

Vi inviterer alle sangglade drenge og piger i 0-3. klasse til vores børnekerskole, hvor vi vil synge og udforske musikken sammen i løbet af dagene. Korerfaring er ikke nødvendig. Alle kan være med. Programmet vil inkludere både korsang i grupper og som et samlet stort kor, hvor krop og stemme forenes i bevægelse og sang.

Udover sangaktiviteterne vil der være masser af sjove og kreative aktiviteter. Vi skal lave bål, spille spil, være kreative med pensel, farver, saks og lim, og meget mere.

Vi glæder os til at se jer til tre dage fyldt med sang, sjov og fællesskab.

Klassetrin: 0. - 3. klasse

Arrangør: Børne -og ungdomsarbejdet ved Helligåndskirken

Sted: Helligåndskirken, Torpevænget 1, 8210 Aarhus V

Periode: 5. - 7. august

Ugedag: Onsdag - fredag

Tidspunkt: 9.00 - 14.00

Tilmelding fra: fra 1. maj

Tilmelding via: Tilmelding til: kontor@helligandskirken.dk

Andre oplysninger: Tilmelding sker efter først til mølle princippet og senest den 20. juni. Der er plads til max 30 børn. Husk madpakke og drikkedunk.

Transport: Bus nr. 2A

MUSIKTEATER WORKSHOP: ET HAV AF FØLELSER

Sammen skaber vi en musikteater forestilling.

Den starter med 2 børn der har brug for hjælp. De har sendt en flaskepost. Et råb om hjælp. Vi hjælper dem på en rejse ud af mørket og frem mod lyset. Her møder vi en række følelser, som kan blive deres hjælpere.

Vi synger, danser og spiller - alt sammen for at få fortællingen til at komme til live imellem os. Vi slutter af med en fremvisning for forældre og søskende.

På Flaskeposttilfremtiden.dk kan du gå på opdagelse langs den fortællingstråd vi sammen skal give liv.

Klassetrin: 0. - 3. klasse

Arrangør: Aarhus Musikskole

Sted: OFFICERSBYGNINGEN
Vester Allé 3
8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 3. juli

Ugedag: Mandag - onsdag

Tidspunkt: 9.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 10

Tilmelding via: Flaskeposttilfremtiden.dk

Andre oplysninger: Først til mølle. Man modtager en bekræftigelsesmail. Der er ikke forplejning med i aktiviteten. Husk madpakke og drikke.

Transport: Der kører mange busser til midtbyen/Musikskolen

MUSIKTEATER WORKSHOP: ET HAV AF FØLELSER

Sammen skaber vi en musikteater forestilling.

Den starter med 2 børn der har brug for hjælp. De har sendt en flaskepost. Et råb om hjælp. Vi hjælper dem på en rejse ud af mørket og frem mod lyset. Her møder vi en række følelser, som kan blive deres hjælpere.

Vi synger, danser og spiller - alt sammen for at få fortællingen til at komme til live imellem os. Vi slutter af med en fremvisning for forældre og søskende.

På Flaskeposttilfremtiden.dk kan du gå på opdagelse langs den fortællingstråd vi sammen skal give liv.

Klassetrin: 0. - 3. klasse

Arrangør: Aarhus Musikskole

Sted: OFFICERSBYGNINGEN
Vester Allé 3
8000 Aarhus C

Periode: 6. - 7. august

Ugedag: Torsdag og fredag

Tidspunkt: 9.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 10

Tilmelding via: Flaskeposttilfremtiden.dk

Andre oplysninger: Først til mølle. Man modtager en bekræftigelsesmail. Der er ikke forplejning med i aktiviteten. Husk madpakke og drikke.

Transport: Der kører mange busser til midtbyen/Musikskolen

LÆSELYST

LÆSECAMP PÅ DOKK1

Læsecamp på Dokk1 er for dig, der gerne vil hygge med læsning, samvær og kreative aktiviteter!

Som en del af sommerferieaktiviteter inviterer vi ind til tre dage med masser af bøger, masser af snak, masser af hygge. Hver dag er der en fælles aktivitet.

Klassetrin: 4. - 6. klasse

Arrangør: Aarhus hovedbibliotek, Dokk1

Sted: Hack Kampmanns Plads 2, 8000 Aarhus C

Periode: 30. juni - 2. juli (begge dage inkl.)

Ugedag: Tirsdag - torsdag

Tidspunkt: 9.00 - 13.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 8.00

Tilmelding via: https://pretix.eu/aakb/qnuwe/

Andre oplysninger: Billetter tildeles efter først-til-mølle-princippet, og tilmelding gælder alle tre dage.

Deltagerne skal selv medbringe madpakke og drikkedunk. Der er café i huset. Vi mødes kl. 9.00 ved Æsken i Børnebiblioteket, Dokk1.

Transport: Der er letbane lige til døren

SKRIVEVÆRKSTED

SKRIVEVÆRKSTED

Kan du lide at finde på fortællinger og eksperimenterere med ord? Er du nysgerrig efter at møde andre, der kan lide at skrive? På skriveværkstedet har du mulighed for lige netop dét. Ud fra temaet HJEM leger vi med ord og tekst og afprøve forskellige kreative og kunstneriske skriveteknikker. Vi slipper fantasien løs, når vi sammen udfolder ordenes potentiale.

Klassetrin: 4. - 8. klasse

Arrangør: Aarhus Billed-og Medieskole

Sted: Valdemarsgade 1E, 8000 Aarhus C

Periode: 29. juni - 2. juli

Ugedag: Mandag - torsdag

Tidspunkt: 10.00 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 9.00

Tilmelding via:

aarhusbilledogmedieskole.dk/sommerhold/

Andre oplysninger: Tilmelding åbner mandag d. 8. juni kl. 9 og lukker mandag d. 15. juni kl. 9. Deltagere findes ved lodtrækning. Max. 13 deltagere.

Transport: De fleste busser samt Letbanen kan benyttes.

SVØMNING

Åben Svømning, Fri leg og aktivitet i vandet til fed musik

Vi fylder svømmehallen med spændende madrasser, plader, svømmefødder og masser af andet, som er sjovt at svømme og lege med i vandet. Der er livred-dere til stede, som hjælper de badende børn og holder øje med sikkerheden. Hyggeligt og sjovt samvær i vandet for alle børn i alderen 6 - 16 år. Tag dine venner med, find på lege og nyd masser af grin og vandpjask.

Klassetrin: 0. - 9. klasse

Arrangør: Lystrup Svømning

Sted: Lystrup Skole svømmehal, Lystrupvej 256, 8520 Lystrup. Skole/Svømmehallen har også indgang via Lystrup Centervej 47B, 8520 Lystrup

Periode: 6. - 12. juli

Ugedag: Mandag - søndag

Tidspunkt: 12.00 - 18.00

Tilmelding fra: Ingen forhåndstilmelding. Man møder op i svømmehallen mellem kl. 12-18, så er der fri adgang for alle børn, der går i folkeskole.

Tilmelding via: Personligt fremmøde

Andre oplysninger: Der er opdriftsmidler, svømmebæltet og svømmefødder til rådighed. Det er ikke tilladt at medbringe egne opdriftsmidler og badedyr. Der vil være masser af legeredskaber til at lege med i vandet. Man møder bare op ved indgangen til Lystrup Skole Svømmehal.

Transport: Bus nr. 18, 16. Letbanen kører til Lystrup, linje 1 + 2, der er 10 - 15 min. gåafstand fra letbanen til svømmehallen.

UD I NATUREN

ORIENTERINGSLØB

Med små øvelser og løb i skoven lærer vi at bruge kort og kompas til at finde vej i skovene i Aarhus. Sørg for praktisk og behageligt tøj, der kan tåle at blive beskidt.

Klassetrin: 3. - 7. klassetrin

Arrangør: Orienteringsklubben Pan

Sted: Silistria, Ørneredevej 15, 8270 Højbjerg

Periode: 3. - 7. august

Ugedag: Mandag - fredag

Tidspunkt: 9.30 - 14.00

Tilmelding fra: 8. juni kl. 10.00

Tilmelding via:

okpan.dk/2018/tilmelding-til-aktiv-sommerferie-orienteringsloeb/

Andre oplysninger: Madpakkes medbringes til frokost. Begrænses til de første 50 tilmeldte (4 hold af 12 fordeles efter alder og evner)

Transport: Bus nr. 18

SWIM-BIKE-RUN: TRIATLON SOMMERSKOLE FOR BØRN OG UNGE

Triathlon er en sport, der kombinerer svømning, cykling og løb – og hvor man kan være med uanset niveau.

Aarhus 1900 Triathlon inviterer til en sjov og aktiv triathlon-sommerskole for børn og unge. I løbet af ugen bliver deltagerne introduceret til de tre sportsgrene, der tilsammen udgør triathlon, med fokus på leg, fællesskab og gode oplevelser.

Sommerskolen afholdes fra mandag til torsdag i uge 28 og henvender sig til elever fra 5.-7. klassetrin, både piger og drenge.

I løbet af ugen skal vi blandt andet løbe orienteringsløb i Marselisborg Skov, lave alternativ og sjov cykeltræning og prøve kræfter med åbent-vand svømning ved Tangkrogen. Torsdag afslutter vi ugen med et mini-triathlon ved Tangkrogen, hvor alle kan være med.

For at deltage skal man have en cykel (ingen racercykel nødvendig – en almindelig bycykel er helt fin), cykelhjelm og løbesko. Alt øvrigt udstyr sørger vi for.

Vi glæder os rigtig meget til at se jer til en fed uge fyldt med triathlon, bevægelse og nye fællesskaber!

Klassetrin: 5. - 7. klasse

Arrangør: Aarhus 1900 Triathlon

Sted: Klubhuset ved Observatoriestien 1A, 8000 Aarhus C

Periode: 6. - 9. juli

Ugedag: Mandag - torsdag

Tidspunkt: 9.00 - 13.00

Tilmelding fra: 8. juni

Tilmelding via: Send en mail til ungdomscheftræner i klubben, Ingrid Kyed Jensen på: ingrid.kyed@hotmail.com

Inkludér følgende information i mailen: Deltagernavn, køn, klassetrin, alder, højde, mobilnummer (forældre), mailadresse (forældre).

Andre oplysninger: Vi skal have minimum 8 deltagere for at afholde sommeraktiviteten. Vi skal max have 15 deltagere (først til mølle-princip gælder).

Man vil få en bekræftelse fra Ingrid Kyed Jensen efter tilmelding, og der vil senest d. 26. juni blive udsendt information om aktiviteten bliver afholdt (ud fra antal tilmeldinger), og der vil komme information om aktiviteterne hen over ugen per mail senest d. 26. juni også.

Man skal medbringe madpakke til fælles frokost, som det sidste vi skal hver dag inden afhentning, og derudover vil der enkelte dage være pandekager på Trangia, snobrød over bål osv. som klubben vil betale for.

Transport: Man skal møde op på adressen: Observatoriestien 1A, 8000 Aarhus C hver dag kl. 9.00 og det er også her deltagerne skal afhentes kl. 13.00.

Transport til og fra aktivitetsstederne i løbet af dagen, vil ske på cykel i samlet flok, og derfor skal deltagerne medbringe cyklen hver dag - både som transportmiddel og som en del af programmet.

Det hele startede med en idé

I Aarhus er et nyt computerspil ved at blive lavet. Det hedder 'Out of Words' og handler om to børn, Karla og Kurt, der har mistet deres munde og pludselig havner i en fantasiverden, der hedder Vokabulantis.

I Aarhus sidder en masse voksne og knokler for at få spillet 'Out of Words' helt færdigt. Ferieavisen har taget en snak med holdet bag spillet, der her fortæller om, hvordan man går fra idé til færdigt spil, hvordan man opfinder en fantasiverden, og så har de et ganske simpelt råd, hvis du selv drømmer om at lave dit eget spil en dag.

Hvad handler 'Out of Words' om?

– 'Out of Words' handler om to børn, der har mistet deres munde, da de ikke ved, hvordan de skal få sagt det til hinanden, de gerne vil. De er nu faldet ned i en fantasyverden - Vokabulantis - hvor de skal finde ud af, hvordan de får deres tale tilbage. Man skal være to til at spille det samtidig, enten i sofaen sammen eller online: én som Karla og én som Kurt. De skal hoppe, løbe, snige og krybe sig gennem verdenen, hvor de møder en prins, en Aleph og månen samt mange andre.

Hvem er Kurt og Karla, og hvad kan I fortælle om dem?

– Kurt og Karla er 13 år gamle og har været venner siden børnehaveklassen. Det gode ved deres venskab er, at de altid har været i stand

til at tale om alt muligt, selvom de er blevet ældre. Det ændrer sig dog, da noget opstår mellem dem for første gang: en misforståelse, en uenighed, en lille fornemmelse af noget nyt og mærkeligt i luften.

Hvordan opstod idéen til 'Out of Words'?

– Digteren Morten Søndergaard og stop motion-instruktøren Johan Oettinger, der også ejer WiredFly, ville engang for enormt mange år siden lave en film om, hvordan det kan være svært at finde de rigtige ord, når man skal snakke med en, man måske er forelsket i. Sidenhen kom de på, at det skulle være et computerspil, hvorefter de tog fat i Esben Kjær Ravn fra spiludviklingsselskabet Kong Orange, og de gik i gang med at lave den idé om til et computerspil med rigtig stop motion-animation, håndlavede dukker og scenografi.

Hvordan finder man på en helt ny verden som Vokabulantis?

– Det tager lang tid og mange forsøg, men det hele starter med en idé. Vokabulantis er idéen om to børns indre verden og sprog, der kommer til live, så de kan rejse i den. Det bliver langsomt til en færdig verden.

Hvad er det sjoveste ved at opfinde figurer og verdener?

– Det er muligheden for at skabe en stor oplevelse for de mennesker, der skal spille spillet.

Hvis I selv kunne bo i spillets verden én dag – hvad ville I så lave?

– Vi ville nok lave en hel myriade af småting, som findes i den verden. Lead Writer Boris Hansen ville måske bo på biblioteket med en bog som hoved. Instruktør Johan Oettinger ville måske ligge med et græsstrå i engen efter at have kørt derud på prinsens motorcykel. Artistic Lead Mikkel Maltesen ville gå rundt og forme graffiti i hemmelighed på lermurene i Nounberg. Ida, der er værkstedschef, ville måske svømme en tur med Kurt, Karla og den gamle karpe. Morten Søndergaard ville helt sikkert være en digter på jagt efter sine mange ord, der gemmer sig på tværs af Vokabulantis.

Hvad er det sværeste ved at lave et spil?

– At få alt til at spille sammen: udseende, animation, spildesign, lyd, kode, musik, fortæl-





ling, sværhedsgrad, længde, rytme osv. Hvis de enkelte elementer eller helheden ikke er der, så vælter korthuset.

Hvis et barn drømmer om at lave spil en dag – hvad skal man så gøre?

– De skal simpelthen begynde at lave spil nu. Alle kan lave spil. Der er mange muligheder online, nemme tutorials og ting, man kan prøve af, selvom man hverken kan kode, tegne eller

animere. Der er også steder, man kan gå til spil, fx Coding Pirates.

Hvad vil jeres bedste råd være?

– Stop med at læse mere nu og find et stykke papir: Skriv, tegn eller krusedul en idé til et lille bitte spil, og prøv at lave det med det samme.





Aarhus' High Line: En bro fuld af drømme

Forestil dig en bro, hvor du kan gå højt oppe over byen og kigge ned på træer, bygninger og mennesker, der skater, leger og spiller musik. Det lyder måske som en drøm, men i Aarhus er den faktisk ved at blive til virkelighed.

I Sydhavnen er den gamle Kulbro nemlig i gang med at blive forvandlet til et af byens sejeste steder.

Fra kul til kreativitet

For mange år siden havde Kulbroen et helt andet job. Dengang blev der kørt kul hen over broen til et kraftværk, og området var fyldt med larmende maskiner og travle mennesker. Det var et sted med fart på og masser af arbejde. I dag er det hele ved at forandre sig.

Projektleder for Kulbroen, Marc Sejr Eggen, blev nysgerrig på den gamle bro. Den store betonbro stod glemt midt i et område, der var ved at forandre sig, og det fik ham og andre til at tænke: Hvad nu hvis man kunne give den gamle bro et nyt liv i stedet for at rive den ned?

De begyndte at dykke ned i broens historie og opdagede, hvor vigtig den engang havde væ-

ret. Og så opstod idéen: Hvad hvis man kunne gøre den gamle kulbro til et sted for mennesker, idéer og oplevelser i stedet for kul?

En gammel bro var på vej til at blive noget helt nyt.

En bro, der binder byen sammen

Den nye Kulbro bliver meget mere end bare en bro. Den kommer til at binde byen sammen på en helt ny måde, så man kan gå fra midtbyen, over Spanien og gennem Sydhavnen, mens man oplever Aarhus fra et anderledes perspektiv.

Broen er inspireret af den berømte High Line i New York, men den får sin helt egen stil med rå materialer og masser af liv.

Marc mener, at det er vigtigt at bevare steder som Kulbroen, fordi de fortæller noget

om vores historie. Hvis man fjerner de gamle spor fra byen, mister man også fortællingen om, hvordan livet engang var, og hvem vi er i dag.

Et sted fyldt med oplevelser

Når Kulbroen er færdig, vil Sydhavnen blive et sted, hvor der næsten altid sker noget sjovt. Man vil kunne opleve musik under åben himmel, se kunst i byrummet og møde mennesker, der dyrker sport eller bare hænge ud.

Midt i det hele kommer Kultårnet til at rejse sig som et særligt samlingspunkt. Her vil der være plads til både café, kunst og musik, og nye talenter kan få chancen for at optræde og vise, hvad de kan.

En bro til fremtidens drømme

Kulbroen er ikke kun lavet af beton og stål. Den er også bygget af idéer og drømme.



Marc drømmer om en bro fyldt med liv og gode oplevelser. Et sted, hvor dig og dine venner og resten af byen kan gå på opdagelse i det helt særlige kvarter i Sydhavnen. Han håber, at Kulbroen kan give kulturlivet i Aarhus ny energi og få endnu flere til at have lyst til at være med.

Måske er det her, nogen står på en scene for allerførste gang. Her der bliver skabt kunst, eller hvor nye idéer bliver til virkelighed.

Hvad drømmer du om?

Når Kulbroen åbner, kan det også blive dit sted. Måske går du deroppe og får en idé, du ikke har fået før. Måske møder du nye venner eller oplever noget, du vil huske meget længe.

En ting er sikkert: Kulbroen er ikke bare en bro. Det er et sted, hvor drømme kan vokse – midt i vores fælles by, Aarhus.



Projektleder og medlem af Kulbroens Venner, Marc Sejr Eggen.



Hvad sker der i hjernen, når vi sover og drømmer?

Hvorfor drømmer vi?

Kan vi selv bestemme hvad, vi vil drømme om?

Og hvordan undgår man at få mareridt?

Vi har spurgt en af Danmarks førende søvnforskere, **Ali Amidi**, som er PhD ved Psykologisk Institut på Aarhus Universitet.

Vi ved stadig ikke med sikkerhed, hvorfor vi drømmer. Nogle forskere ser drømme som et biprodukt af hjernens aktivitet, mens vi sover. Andre mener, at drømme hænger sammen med, hvordan hjernen arbejder med vores oplevelser, minder og følelser.

Man kan godt tro, at hjernen lukker ned, når vi sover. Men sådan er det ikke. Hjernen er aktiv hele natten, men bare på en anden måde end, når vi er vågne.

Når vi falder i søvn, ændrer hjernen gradvist aktivitet. Den bliver mindre optaget af omgivelserne og mere fokuseret på indre processer. Det betyder dog ikke, at hjernen holder op med at arbejde. Tværtimod.

Søvnens forskellige faser

Søvnen består af flere stadier. Først kommer stadiet 1, som er en meget let søvnfase. Her befinder vi os som regel kun i få minutter. Derefter går vi hurtigt videre til stadiet 2, som også kaldes let søvn. Det er her omkring halvdelen af vores samlede søvn foregår. Denne form for søvn spiller blandt andet en vigtig rolle for, hvordan hjernen bearbejder det, vi har lært, og for vores hukommelse.

I den dybe søvn, stadiet 3, bliver hjernens aktivitet langsommere og mere rytmisk. Det er her, det er sværest at vække os, og både hjernen og kroppen får særligt gode betingelser for samle nye kræfter.

Senere på natten bevæger vi os flere gange ind i REM-søvnen. REM står for rapid eye movement, fordi øjnene ofte bevæger sig hurtigt bag de lukkede øjenlåg. I denne fase er

hjernen meget aktiv, og nogle gange næsten lige så aktiv, som når vi er vågne. Det er også her, vi oftest har de mest levende, mærkelige og følelsesladede drømme.

Selvom hjernen er meget aktiv under REM-søvn, er kroppens muskler næsten helt lammede. Det kaldes søvnparalyse og er en vigtig beskyttelsesmekanisme. Den gør, at vi normalt ikke bevæger os, mens vi drømmer.

Når vi drømmer, skaber hjernen oplevelser indefra. Den bruger minder, følelser, billeder og indtryk og kombinerer dem på nye måder. Derfor kan drømme føles meget virkelige, selvom de ofte er ulogiske. Man kan pludselig flyve, møde mennesker, man ikke har set i årevis, eller befinde sig flere steder på én gang. Det betyder ikke nødvendigvis, at drømme altid rummer et skjult budskab, men det peger på, at hjernen arbejder aktivt med information, minder og følelser, mens vi sover.

Hvorfor er vi bevidstløse, når vi sover?

Vi er faktisk ikke helt bevidstløse, når vi sover, men vores bevidsthed om omgivelserne er meget begrænset. Hvis der lyder et højt brag, vil de fleste af os vågne, selvom vi er midt i en drøm.

Når vi bliver mindre bevidste under søvn, hænger det sandsynligvis sammen med, at hjernen har brug for ro til at udføre en række vigtige funktioner. For eksempel at bearbejde dagens oplevelser, genopbygge energi og fjerne affaldsstoffer, der ophobes, mens vi er vågne.



Søvnforsker, Ali Amidi, PhD ved Psykologisk Institut på Aarhus Universitet.

Søvnforskeren Allan Rechtschaffen sagde en gang, at hvis søvn ikke har et livsvigtigt formål, så er det den største fejltagelse i evolutionens historie. Det er rigtigt set: Søvn gør os sårbare. Når vi sover, reagerer vi langsomme, og vi er mindre opmærksomme på potentielle farer.

For mange dyr er det en reel risiko. Derfor sover dyr ofte på bestemte tidspunkter eller på steder, hvor de er beskyttet. Nogle dyr sover om natten, hvor de er sværere at få øje på. Andre bygger reder, søger skjul eller finder sovepladser højt oppe, hvor rovdyr har sværere ved at nå dem.

Søvn er altså så vigtig for overlevelse og funktion, at evolutionen har bevaret den, selvom den også gør både dyr og mennesker mere udsatte. Nogle arter har udviklet særlige løsninger. Delfiner kan for eksempel sove med den ene halvdel af hjernen ad gangen, mens den anden halvdel forbliver vågen og sørger for, at de fortsætter med at svømme og kommer op af vandet for at trække vejret.

Kan man selv bestemme, hvad man vil drømme om?

Man kan som udgangspunkt ikke helt selv styre sine drømme, men forskning viser, at drømme ofte hænger tæt sammen med det liv, vi lever, og det, der fylder i vores hverdag.

Noget forskning tyder på, at man i visse tilfælde kan øge sandsynligheden for at drømme om et bestemt emne. Metoden går ud på, at man retter sin opmærksomhed mod noget bestemt lige før, man lægger sig til at sove - for eksempel en person, et

problem eller et bestemt billede, og gentager for sig selv, hvad man gerne vil drømme om.

Hvorfor kan man opleve at være bevidst om, at man drømmer?

Nogle mennesker oplever, at de under drømmen bliver klar over, at det faktisk er en drøm. Det kaldes lucid dreaming eller klare drømme. I den tilstand kan man i nogle tilfælde få en vis indflydelse på drømmens forløb, men der er sjældent helt fuld kontrol.

Man kan til en vis grad træne evnen til at have klare drømme. Blandt andet ved at skrive sine drømme ned, lægge mærke til tilbagevendende mønstre i dem og arbejde bevidst med sine drømme før sengetid.

Hvorfor får man mareridt - og kan man undgå det?

Mareridt er ubehagelige drømme, som ofte opstår, når hjernen bearbejder stærke følelser eller ubehagelige oplevelser, mens vi sover. De kan hænge sammen med stress, bekymringer, sygdom og i nogle tilfælde traumer. For lidt søvn kan også øge risikoen for mareridt.

Man kan ikke altid undgå mareridt helt, men risikoen kan ofte mindskes. Regelmæssig søvn, faste sengetider og hjælp imod angst, uro eller dårlige oplevelser kan gøre en forskel.

OL som ledestjerne

Søskendeparret Rasmus og Nanna Vestergård Johansen fra Malling deltog ved De Olympiske Vinterlege i februar. Her fortæller de om drømmen om OL, hvordan var at stå ved den gigantiske sportsbegivenhed og nye drømme for fremtiden.

- Det var helt vildt at træde op på bjælken til det første løb. Folk skreg vores navne, og man kunne se OL-ringene. Det var en vild oplevelse, som man næsten ikke kan beskrive.

Sådan lyder det fra skeleton-køreren Nanna Vestergård Johansen, der i februar deltog ved De Olympiske Vinterlege i Italien. Ved sin side havde hun sin bror Rasmus, og for begge var det en drøm, der gik i opfyldelse.

- OL har været en ledestjerne for mig, og jeg har drømt om at deltage siden 2012. Det er det ypperste. OL er ikke bare store præstationer, men også minderne om, hvordan vi sad og heppede i idrætscafeteriet, imens vi så det som yngre, siger Rasmus Vestergård Johansen.

Men det er svært at blive god. Sådan rigtig god, så man kan komme til OL. Nanna og Rasmus træner mere eller mindre alle ugens dage. Det handler om at finde de små marginaler, der gør, at de kan slå konkurrenterne, når der suses ned gennem en iskanal med 130 kilometer i timen og hovedet først.

- Jeg overdriver ikke, hvis jeg siger, at man bruger de første to år, når man skal lære skeleton, på at banke ind i banderne langs kanterne. Man æder bander til morgenmad, og armene gør ondt. Det siger bam-bam-bam, imens man ryger ind i dem. Der er en robusthed, der skal opbygges. Det er hårdt at ville være god, forklarer Rasmus Vestergård Johansen og griner.

Kulminationen skete i februar ved OL, hvor søskendeparret stod klar ved startrampen som de første danskere i disciplinen nogensinde. Oplevelsen var det hele værd.

- Det vildeste var selve konkurrencen. At stå klar og skyde det hele i gang. Det var drømmen, der gik i opfyldelse, siger Rasmus Vestergård Johansen, der suppleres af Nanna.

- Det overraskede mig, at selv de bedste i verden syntes, det var vildt at være med. Det var fedt at opleve, hvordan atleterne og alle omkring dem lyste op i øjnene, da det gik i gang. Selv vores mekaniker havde julelys i øjnene hver dag.

Ved åbningsceremonien stod de pludselig tæt på den amerikanske rapper Snoop Dogg, der var forbi for at hilse på de amerikanske atleter, men også noget så jordnært som spisesalen emmede af noget specielt.

- Når vi spiste, kunne vi fx følge med i curling-kampene i fjernsynet, og når de var færdige, kom de ned og spiste sammen med os en time senere. Man følte sig omringet af verdensstjerner, fortæller Nanna.

Rasmus og Nanna deltog både hver for sig og sammen i en mixed-konkurrence, hvor en mand og en kvinde deltager som hold. Det blev ikke til medaljer, men der blev skabt en interesse omkring skeleton, som de er glade for.

- Vi håber, at vores deltagelse har skabt noget interesse, og at der er en dansk mur af fans, når der er verdensmesterskaberne i Lillehammer næste år, siger Rasmus Vestergård Johansen, der ligesom sin søster håber, at de har inspireret andre.

- Vi håber ikke, at der er 10.000 børn, der nu vil køre skeleton, men vi håber at inspirere børn til at gøre og prøve noget andet end de store sportsgrene, siger han.



4 hurtige til Nanna og Rasmus

Hvad drømte I om, da I var børn?

Nanna: - Jeg havde virkelig mange drømme, og det skiftede hver måned, men drømmen var at finde noget, jeg var rigtig god til. Jeg har drømt om at komme til OL i svømning, jeg har også drømt om at blive overlæge. Altid har det handlet om at blive den bedste, jeg overhovedet kunne.

Hvad er det sjoveste ved skeleton?

Nanna: - Det er, når det går hurtigt, og man mærker vinden suse om hovedet på en. Hvis man er heldig, kommer man i mål i en god tid med et et-tal. Dén følelse.

Hvor hurtigt kører man i skeleton?

Rasmus: - Det hurtigste, jeg har kørt, er 138,38 km/t.

Bliver I bange, når I suser ned ad banen med hovedet først?

Rasmus: - Nogle dage står man da på toppen og skal trække vejret en ekstra gang. Men det handler mere om, at man skal huske banen og de enkelte kurver, for man kaster sig ud i en linedans, hvor linen er ekstremt tynd. Én fejl kan virkelig koste meget.



HVAD ER SKELETON?

Skeleton er en sport, hvor man ligger på maven på en lille slæde og styrer ned ad en isbane i rigtig høj fart. Man bruger kroppen til at dreje og holde balancen, og det gælder om at komme hurtigst muligt ned til bunden uden at vælte.



Sommer, sjov og plask

- Kom i svømmehallen

Find sommerens åbningstider på vigirbyenpuls.dk

Gellerupbadet | Lyseng Svømmebad | Badeanstalten Spanien