Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Styrketræning/fitness **Kl. 8:30-15:00** Træningslokalet Kultur- og kontaktsted Kragelund Dybrovej 21, Højbjerg Kontakt: Ole 21 19 72 52	**Styrketræning/fitness** **Kl. 8:30-19:30** **Både med og uden personale** Træningslokalet Kultur- og kontaktsted Kragelund Dybrovej 21, Højbjerg Kontakt: Ole 21 19 72 52	**Styrketræning/fitness** **Kl. 9:30-15:00** Træningslokalet Kultur- og Kontaktsted Kragelund Dybrovej 21, Højbjerg Kontakt: Ole 21 19 72 52	**Styrketræning/fitness** **Kl. 8:30-15:30 og 16:45-19:30** **Kl. 15:30-16:45: lukket** Træningslokalet Kultur- og kontaktsted Kragelund Dybrovej 21, Højbjerg Kontakt: Ole 21 19 72 52	**Styrketræning/fitness** **Kl. 8:30-13:30** Træningslokalet Kultur- og kontaktsted Kragelund Dybrovej 21, Højbjerg Kontakt: Ole 21 19 72 52
Udendørstræning **Kl. 13:00-14:00** Mindeparken v. Donbækhaven parkeringspl. Niels W. Gades Vej 8000 Aarhus C Kontakt: Ole 21 19 72 52	**Badminton** **Kl. 9:30-11:00** Frederiksbjerg Idrætscenter, Hal 2. F. Vestergaards Gade 5, Aarhus C (v. Aarhus Svømmestadion) Kontakt: Karina 41 85 84 54	**Floorball** **Kl. 13:00-14:00** Frederiksbjerg Idrætscenter, Hal 1. F. Vestergaards Gade 5, Aarhus C (v. Aarhus Svømmestadion) Kontakt: Ole 21 19 72 52	**Volleyball** **9:30-11:30** Aarhus Gl. Stadionhal, Hal 2. Stadion Allé 70, 8000 Aarhus C Kontakt: Karina 41 85 84 54	**Varmtvandstræning** **Kl. 10:30-11:00** Folkehuset Møllestien, varmtvandsbassinet Grønnegade 10, Aarhus C Kontakt: Laura 21 18 77 74 *Max 15 deltagere. Registrering ved fremmøde. "Først til mølle".*
Scan og kom direkte ind på vores Google Aktivitetskalender	**Volleyball** **Kl. 13:00-15:00** Nr. Boulevard Idrætscenter Nr. Boulevard 1, Sportssalen, Aarhus C Kontakt: Karina 41 85 84 54	**Yoga på Frivilligcenter Aarhus** **Kl. 13:00-14:00** Sønder Allé 33, 8000 Aarhus C. (indgang ved Åben Fleksibel Rådgivning, ned ad trappen, følg pile mod Konferencesalen). Kontakt: Ole 21 19 72 52.	**Svømning/frisvømning og tilbud om vandtilvænning** **Kl. 13:30-14:30** Gellerupbadet Karen Blixens Boulevard 41 A, Brabrand Indgang kl. 13.15-13.30. Kontakt: Rikke 41 85 41 03	**Kontaktinformation** Idræt på banen Ole Schmidt Madsen Mobil 21 19 72 52
	Svømning/frisvømning **Kl. 14:00-15:00** Aarhus Svømmestadion F. Vestergaards Gade 5, Aarhus C Vi mødes i forhallen kl. 13.45-14.00. Kontakt: Ole 21 19 72 52			