

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	Ungeidræt 18-35 år 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 <i>Max 15 deltagere. Registrering ved fremmøde. "Først til mølle".</i>
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 Kofoed Skole Kl. 13:00-14:00 Kofoed Skole Toldbodgade 6, 2. sal, 8000 Aarhus C Kontakt: Maria 41 99 51 84	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			