

Aktiv center Nyborg

Program

September 2023



Åbent alle hverdage kl. 9.00 - 15.00

Formiddagskaffe kl. 9.30 og eftermiddagskaffe og kage kl. 14.00

Fredag 1/9	Kl. 10.00 Kl. 13.00	Aktivitetsdag - indskrivning til hold Fredags Banko
Mandag 4/9	Kl. 10.00 Kl. 10.45 Kl. 13.00 Kl. 13.00	Stolegymnastik - Gitte Træning på maskiner Stolegymnastik - Susanne Emne/ Podcast gruppe Krolf
Tirsdag 5/9	Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 13.00 Kl. 13.00	Bustur Bevægelse & afspænding - Helle Senior dans Spil
Onsdag 6/9	Kl. 9.00- 17.00	Fælles Bustur til Sjælland for alle 4 aktivcentre Vi er ude af huset hele dagen, så ved behov, kan vi kontaktes på 21123086.
Torsdag 7/9	Kl. 10.00 Kl. 10.45 Kl. 10.00 Kl. 13.00 Kl. 13.30	Stolegymnastik - Susanne Træning på maskiner Stolegymnastik - Gitte Bagehold i Remissen Krolf - udendørs Seniororkester underholder 13.30 - 14.00
Fredag 8/9	Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 13.00	Bustur Cykeltur på tvillingcykel Indvielse af ny terrasse 😊

Mandag 11/9	Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 10.45 Kl. 13.00 Kl. 13.00	Stolegymnastik - Gitte Træning på maskiner Stolegymnastik - Susanne Emne/Podcast gruppe Krolf
Tirsdag 12/9	Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 13.00 Kl. 13.00	Bustur Bevægelse & afspænding - Helle Senior dans Spil
Onsdag 13/9	Kl. 10.00 Kl. 11.30	Dækkebord Vildtmiddag
Torsdag 14/9	Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 10.45 Kl. 10.00 Kl. 13.00 Kl. 13.00	Stolegymnastik - Susanne Træning på maskiner Stolegymnastik - Gitte Bagehold i Remissen Træning på maskiner Krolf
Fredag 15/9	Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 13.00	Bustur Cykeltur med tvillingcykel Fredags banko
Mandag 18/9	Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 10.45 Kl. 13.00 Kl. 13.00	Stolegymnastik - Gitte Træning på maskiner Stolegymnastik - Susanne Emne/ Podcast gruppe Krolf
Tirsdag 19/9	Kl. 9.00- 17.00	Heldags tur til Strynø -II- -II- Vi er ude af huset hele dagen, så ved behov, kan vi kontaktes på 21123086.

Onsdag 20/9	Kl. 10.00 Kl. 13.00 Kl. 13.00	Sjov & ballade - Helle Nørkjerne Kreativt værksted
Torsdag 21/9	Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 10.45 Kl. 10.00 Kl. 13.00 Kl. 13.00	Stolegymnastik - Susanne Træning på maskiner Stolegymnastik - Gitte Bagehold i Remissen Træning på maskiner Krolf
Fredag 22/9	Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 13.00	Bustur Cykeltur med tvillingcykel Fredags musik med Hanne og Erik
Mandag 25/9	Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 10.45 Kl. 13.00 Kl. 13.00	Stolegymnastik - Gitte Træning på maskiner Stolegymnastik - Susanne Emne/ Podcast gruppe Krolf
Tirsdag 26/9	Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 13.00 Kl. 13.00	Bustur Bevægelse & afspænding - Helle Senior dans Spil
Onsdag 27/9	Kl. 10.00 Kl.13.00 Kl. 13.00 Kl. 13.00	Sjov & ballade - Helle Nørkjerne Kreativt værksted Onsdagstræf
Torsdag 28/9	Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 10.45 Kl. 10.00 Kl.13.00 Kl. 13.00	Stolegymnastik - Susanne Træning på maskiner Stolegymnastik - Gitte Bagehold i Remissen Træning på maskiner (13- 13.30) Krolf
Fredag 29/9	Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl.13.00	Bustur Cykeltur med tvillingcykel Fredags Banko

	Kl. 17.00	For alle Frivillige er der arrangement på Bastionen kl. 17.00- 20.00 (dørene åbner kl 16.30) Husk tilmelding på kontoret😊
--	-----------	--

Følg os på Facebook:

Aktivcentre Nyborg Kommune

Her kan du følge med i alle vores nyeste opslag

Banko

Vi spiller banko fredag i ulige uger

I Aktivcenter Nyborg kl. 13.00- 14.45

Alle er velkommen 😊

Torsdags banko med spisning bliver lagt i programmet når det lige passer ind, men ellers holder vi fast i ovennævnte



Hold øje i bladet 😊 😊 😊