

# Træning i Vinterferien 2025 (uge 7)

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| <b>Mandag 10/2</b>               |     |
| Supertraverne                    | JA  |
| Yoga Medborgerhuset              | JA  |
| Linedance                        | JA  |
| Stavgang i Lunden                | JA  |
| Stavgang v. Søtorvet             | JA  |
| Indendørs Petanque               | JA  |
| Fitness med IOD                  | NEJ |
| Badminton                        | JA  |
| Vandgymnastik                    | NEJ |
| Vild med dans                    | NEJ |
| Hensyntagende Træning            | NEJ |
|                                  |     |
| <b>Tirsdag 11/2</b>              |     |
| Vandgymnastik i Varmtvandsbassin | NEJ |
| Stavgang                         | JA  |
| Træning i det fri                | NEJ |
| Kom ud, mand!                    | NEJ |
| Herremotion/Volleyball           | NEJ |
| Tandemcykling                    | NEJ |
|                                  |     |
| <b>Onsdag 12/2</b>               |     |
| Cykelture                        | NEJ |
| Hensyntagende Træning            | NEJ |
| Indendørs Petanque               | JA  |
| Qi Gong                          | NEJ |
| Vandgymnastik                    | NEJ |
| Motionsfloorball                 | NEJ |
|                                  |     |
| <b>Torsdag 13/2</b>              |     |
| Aqua Fitness                     | NEJ |
| Morgengymnastik                  | NEJ |
| Disc Golf                        | NEJ |
| Bordtennis                       | NEJ |
| Linedance                        | JA  |
| Basketball                       | NEJ |
| Pilates                          | NEJ |
| Badminton                        | NEJ |
| Volleyball                       | JA  |
| Styrk dit hjerte                 | NEJ |
|                                  |     |
| <b>Fredag 14/2</b>               |     |
| Badminton                        | JA  |
| Traveture                        | JA  |
| Skovvandrerne                    | JA  |