



AKTIVITETER UGE 29

MANDAG: KL. 8.00 LØB TIL STRANDEN

KL. 10.00 STÆRK RYG OG MAVE

KL. 10.30 HATHA YOGA

KL. 10.00 SJOV FOR BØRN

KL. 20.00 SJOV FOR BØRN

TIRSDAG: KL. 8.00 LØB TIL STRANDEN

KL. 10.00 STÆRK RYG OG MAVE

KL. 10.30 HATHA YOGA

KL. 10.00 SJOV FOR BØRN

KL. 14.00 WALK 1. TIME

KL. 17.00 SOCIAL DUATHLON

KL. 20.00 SJOV FOR BØRN

ONSDAG: KL. 8.00 LØB TIL STRANDEN

KL. 10.00 STÆRK RYG OG MAVE

KL. 10.30 HATHA YOGA

KL. 18.30 MTB TUR MED SALTUM TRIM*

KL. 10.00 SJOV FOR BØRN

KL. 20.00 SJOV FOR BØRN V/ LOEN

KL. 20.00 - 20.30 MINDFUL WALK UDEN TALK

TORSDAG: KL. 8.00 LØB TIL STRANDEN

KL. 10.00 STÆRK RYG OG MAVE

KL. 10.30 HATHA YOGA

KL. 10.00 SJOV FOR BØRN

KL. 16.00 WALK 1. TIME

KL. 20.00 SJOV FOR BØRN

FREDAG: KL. 8.00 LØB TIL STRANDEN

KL. 10.00 BALANCE OG STYRKE MED JETTE

KL. 10.00 SJOV FOR BØRN

KL. 20.00 SJOV FOR BØRN

ØVRIGE AKTIVITETER BLIVER ANNONCERET I RECEPTIONEN, HVOR I OGSÅ KAN FINDE KORT OVER OMRÅDET

DER ER GRILL OMRÅDE VED LOEN, HVOR MAN FRIT KAN BENYTTE WEBER GRILLERNE

TILMELDING TIL DUATHLON I RECEPTIONEN

*MTB TUR MED SALTUM TRIM, STARTER VED NOLSHYTEN I SALTUM.