









IF Aktivisterne Program



	Aktivitet	Klokken	Mødested	Instruktør Holdleder
Mandag	 <p>Squash Alle kan være med. Foreningen har ketsjere og bolde</p> <p>Badminton Alle kan være med. Foreningen har ketsjere og fjerbolde.</p>	12:00 – 13:00 13:00 – 14:00	Skinderskovhallen Skinderskovvej 31 2730 Herlev 	Camilla Eddy
Tirsdag	 <p>Vandgymnastik Gymnastik i vandet til dejlig musik</p>	12:45 – 13:45	Sundheds Huset Gl. rådhusvej 13 2750 Ballerup	Eddy Camilla
Torsdag	 <p>Udendørs træning NYHED Træning af styrke og kondition. Alle kan være med</p> <p>Svømning Fri svømning – uden instruktion</p>	13:00- 14:00 14:00 – 15:00	Vi mødes ved Skinderskovhallen Hjortespring Badet Skinderskovvej 29 2730 Herlev	Sara Camilla Sara
Fredag	 <p>Badminton  Alle kan være med. Foreningen har ketsjere og fjerbolde</p> <p>Pickleball NYHED Blanding af bordtennis og badminton Foreningen har bat og bolde</p> <p>Padel (april - september) Udendørs Foreningen har bat og bolde</p>  <p>Tennis (oktober – marts) Indendørs Foreningen har ketsjere og bolde</p> 	12:00 – 13:00 12:00 - 13:00 13:00 – 14:00 13:00 – 14:00	Skinderskovhallen Skinderskovvej 31 2730 Herlev Padelbanerne ligger bag ved Skinderskovhallen – udendørs Skinderskovhallen Skinderskovvej 31 2730 Herlev	Eddy Sara Eddy Sara Eddy Sara

Der kan forekomme rettelser i løbet af sæsonen -

Kig ind på hjemmesiden og se det opdateret program

Idrætskoodinatorer:

Eddy Madsen (Ballerup) 2630 1323

Sara Wammen (Herlev) 2020 8304

e-mail: aktivisterne@herlev.dk

Hjemmeside: www.if-aktivisterne.dk

mobilPay 95 102