



# RÆKKER MØLLE GUF



## PROGRAM 2018-19

### MANDAG – OPSTART: DEN 24/9

**PUSLINGE** - Årgang: 2013-2014 - kl. 16.00 - 17.00

**MOR/FAR/BARN** - År 2015-2017 - kl. 17.00 - 17.45

**YIN YOGA** - For alle med krop - kl. 19.00 – 20.00  
(OBS – opstart den 10/9 fra uge 37-49)

### TIRSDAG

**RÆKKER MØLLE DANSERYTMEPIGER**

4.-6. klasse kl. 18.00 - 19.00 (opstart: 25/9)

**PILOXING**

Piger/kvinder 15+ kl. 19.00 - 20.00 (opstart 18/9)

**VOLLEYBALL**

Voksne (15+) - kl. 20.00 - 21.30 (opstart 18/9)

**AKTIVITETSHUSET, ASTRUP** (opstart 23/10):

**MULTIHOLDET** - 0-4. klasse kl. 17.15 - 18.30

**TEENPOWER** - 11-15 år kl. 18.30 - 20.00

(se mere på [www.faas.dk](http://www.faas.dk))

### ONSDAG – OPSTART: DEN 26/9

**SENIOR IDRÆT** - Mænd/kvinder - kl. 9.30-11.30

**BADMINTON**

**MANDAG:** Voksne, kl. 20.00-21.00

**ONSDAG:** Børn 7-12 år, kl. 17.00-18.00

Børn 12 år+, kl. 18.00-19.00

Voksne, kl. 19.00-21.00

Tilmelding via "Conventus" den 7/9 fra kl. 20.00

**FREDAG** - OPSTART: DEN 26/10 (til den 2/3)

**FAMILIESVØMNING** - I VIDEBÆK - kl. 17.15 - 18.15

Tilmelding senest 26/10

