

## Aktiviteter på Atkærcenteret 2019

### Mandag

Kl. 9.30-12	Patchwork	Birgit
Kl. 9.30-11.30	Computerhjælp	Annelise
Kl. 12.30-15.30	Slægtsforskning	Kirsten
Kl. 13-14	SMART-træning	Tine
Kl. 18.30-	Motionscykling (sommerhalvåret)	Sonja
Kl. 8-15.45	Motionsrum	

### Tirsdag

Kl. 9.30-11.30	Broderi/hækling	Birthe
Kl. 10-11	Yoga*	Annette
Kl. 11.30-12	Vejehold (vægttab eller vægtøgning)	Tine
Kl. 12.45-14	Computer*	Annette
Kl. 8-15.45	Motionsrum	
Kl. 13.30-15	Syng dig glad*	Aftenskole

### Onsdag

Kl. 9.30-11.30	Porcelænsmalning	Gunhild
Kl. 9.30-12	Digital foto	Tine og Per
Kl. 10-11	Spansk (i vinterhalvåret)	Annette
Kl. 10.30-11.30	Stavgang (i sommerhalvåret)	Inger
Kl. 12.45-	Præmiewhist	Laila og Ebba
Kl. 8-14	Motionsrum	
Kl. 13-14	Holdtræning i motionsrum*	

### Torsdag

Kl. 9-12	Fiske/hobby-gruppe	Kjeld og Birgit
Kl. 9.30-12	Strikkegruppe, tæpper til velgørende formål	
Kl. 9.30-12	Knipling	Lene
Kl. 9.30-10.30	Balance og styrke	Annette
Kl. 10.45-11.45	Yoga*	Annette
Kl. 12-13.30	Engelsk	Deirdre
Kl. 13.30	Banko, sang eller foredrag (se nedenfor **)	
Kl. 8-15.45	Motionsrum	

### Fredag

Kl. 9-10	SMART-træning	Annette
Kl. 8-12.45	Motionsrum	

*	Kræver tilmelding
**	<b>Torsdag kl. 13.30:</b> Oftest 1. og 3. torsdag i måneden: Bankospil. Sidste torsdag i måneden: Fællessang
	Hobby, håndarbejde, kortspil, sprog og lign.
	Motion, bevægelse og sundhed
	Computer, foto o. lign.