



## Sommerprogram 2025 - udendørs motionsaktiviteter for seniorer.

NB! Aktiviteterne tilbydes i **maj, juni, juli og august 2025.**

Mandag:	Tirsdag:	Onsdag:	Torsdag:
<p><b>LUNDEN</b></p> <p>- følgende <u>mandage</u> fra kl. 10.00 – til 11.00 - 5. Maj – d. 12. Maj – d. 19. Maj – 26. Maj og d. 2. Juni 2025.</p> <p><b>Motion under “åben” himmel</b> <b>Sted:</b> Caroline Amalie Lunden “LUNDEN” Vi mødes nedenfor <b>Friluftscenen / Orange Scene.</b></p> <p><b>Træningen</b> fokuserer på kondition, balance, styrke og smart træning - lidt efter hvem der instruerer.</p> <p><b>Husk!</b> Passende påklædning til ude-træning.</p> <p><b>Medbring:</b> egen træningsmåtte / noget at drikke!</p> <p><b>Karen Ø. Nielsen</b> (61708074) og <b>Ulla Schrøder</b> (21270037) står på skift for træningen.</p> <p>Tilmelding ikke nødvendig. Deltagervilkår, se nedenfor!</p>	<p><b>BYGHOLM PARK</b></p> <p>- hver <u>tirsdag</u> fra kl. 10.00 – til 12.00 Sæson: 6. Maj til 26. August 2025.</p> <p><b>Petanque - Krok - Travetur i parken og omegn-</b> eller evt. anden aktivitet som vikingespil og discgolf, blot der er deltagere nok.</p> <p>Vi stiller spilrekvisitter til rådighed for deltagerne. Borde og bænke giver mulighed for at nyde den medbragte kaffe / the el. frugt i hyggepausen.</p> <p><b>Du finder os</b> i Parken ved petanquebanerne / legepladsen syd for Cromwell Hotel Bygholm.</p> <p><b>Edith og Jørgen</b> Eriksen (31313833 / 31709984) og <b>Gerda</b> Jensen (51184124) står for aktiviteterne.</p> <p>Tilmelding ikke nødvendig. Deltagervilkår, se nedenfor!</p>	<p><b>PRÆSTHØJGÅRDEN</b></p> <p>- hver <u>onsdag</u> fra kl. 13.00 – til 15.00 Sæson: 23 April til 19. November 2025.</p> <p><b>Krolf</b> - en herlig blanding af krok og golf.</p> <p>Motionscirklen stiller krolf udstyret til rådighed.</p> <p>“Gæster” på Præsthøjgården har mulighed for at benytte toiletfaciliteter, opholdsområdet i glas-gennemgangen samt terrassen med borde og bænke, i den udstrækning der er ledigt.</p> <p><b>Du finder os</b> på plænen bag / vest for centret. Adgang af stien syd el. nord om centret. Der er gode P-muligheder, og bybussen, linje 5, har stoppested ud for centret.</p> <p><b>Gerda</b> Jensen (51184124) og <b>Henrik</b> Juul Madsen (40218385) står for aktiviteten.</p>	<p><b>PRÆSTHØJGÅRDEN</b></p> <p>- hver <u>torsdag</u> fra kl. 10.00 – til 12.00 Sæson: fra 8. Maj til 28. August 2025.</p> <p>Fra denne sæson er der <u>ikke Krolf spil i Berings-parken</u>; da vi har fundet det hensigtsmæssigt at samle aktiviteterne ved Præsthøjgården!</p> <p>Betingelser for deltagelse; se under onsdagens program.</p> <p><b>Du finder os</b> på plænen bag / vest for centret. Adgang af stien syd el. nord om centret. Der er gode P-muligheder, og bybussen, linje 5, har stoppested ud for centret.</p> <p><b>Gerda</b> Jensen (51184124) og <b>Henrik</b> Juul Madsen (40218385) står for aktiviteten.</p> <p>Tilmelding ikke nødvendig. Deltagervilkår, se nedenfor!</p>
<p><b>Vilkår for deltagelse i Lunden og Bygholm Park.</b></p> <p><b>Fuldt betalende medlemmer</b> (kr. 425,-) kan umiddelbart deltage i aktiviteterne. Nye medlemmer og rene <b>sommermedlemmer</b> betaler kr. 150,- for sommersæsonen. Giver det lyst til at fortsætte med idrætsaktiviteter i vort program 2025/26 betales nyt årskontingent (kr. 425,-).</p>		<p><b>Vilkår for deltagelse i krolf på Præsthøjgården.</b></p> <p><b>Fuldt betalende medlemmer</b> (kr. 425,-) kan umiddelbart spille med fra 23/4 – 31/7-25. Fortsat deltagelse kræver indbetaling af nyt årskontingent (kr. 425,-). Nye medlemmer og rene <b>sommermedlemmer</b> betaler kr. 150,- for perioden indtil 31/7-25, hvor efter fortsat deltagelse kræver indbetaling af fuldt årskontingent (kr. 425,-)!</p>	