



Aktiviteter i sæsonen 21/22

Idræt for psykisk sårbare kommer til at have følgende program fastlagt for den nye sæson. Derudover er vi altid på udkig efter nye aktiviteter, hvis dette kan lades sig gøre. Du finder de planlagte aktiviteter her:

- **Henyntagende yoga** mandag kl. 10.00-11.30 på Psykiatrisk afdeling
- **Træningscenter** mandag kl. 12.30-14.00 og fredag kl. 11.00-12.30 i DGI-husets hal 1
- **E-sport** tirsdag kl. 9.00-11.00 i Farveriet (Spinderihallerne)
- **Svømning og vandgymnastik** tirsdage kl. 12.00-13.00 i DGI-husets svømmehal
- **Rygtræning på stor bold** onsdage kl. 10.30-11.30 i DGI-husets hal 2C
- **Volleyball og badminton** torsdag kl. 10.00-11.30 i Grejsdalshallen (minus august, maj og juni)
- **Beachvolley** torsdag kl. 10.00-11.30 på Albuen (Kun i august, maj og juni)
- **Fodbold** torsdag kl. 13.30-14.30 på Psykiatrisk sygehus

Du vil kunne finde det aktuelle program på vores hjemmeside via linket [her](#)

Derudover er det også en god ide løbende at holde øje med eventuelle aflysninger. Du finder disse via linket [her](#)

Vi glæder os til at se jer alle til en spændende ny sæson med opstart 2. august



Aktiviteter i juli 2021

Grundet den specielle sæson 20/21, har vi helt ekstraordinært åbnet IFS træningscenteret om mandagen i juli måned. Der vil være åbent i tidsrummet 11.00-12.30. De gældende restriktioner på daværende tidspunkt vil være gældende.

Hvis du skulle have lyst, er du også velkommen til morgengymnastik udendørs i juli. Her vil der være mulighed for at komme afsted hver mandag og onsdag.

Mandag er det kl. 9.00-9.45 på plænen ved Vejle bibliotek.

Onsdag er det kl. 8.30-9.15 på Albuen.

Begge aktiviteter er gratis at deltage i.



Gåture og gåværtsskaber i Vejle Kommune

Idræt for psykisk sårbare har i en årrække haft nogle fantastiske frivillige, der troligt hver torsdag er mødt op og gået en tur i alt slags vejr. Dette forsætter selvfølgelig også i næste kvartal, hvor du kan finde de arrangerede ture [her](#).

Disse gåture er nu også blevet en del af 'Gåfællesskaber i Vejle Kommune', som er et samarbejde mellem Idræt i dagtimerne, DGI Sydøstjylland, Bevæg dig for livet og Vejle Kommune. Du vil derfor kunne finde flere gåfællesskaber i dit nærområde via facebook-siden der er linket til [her](#).

Hvis du selv kunne tænke dig at blive gåvært, eller vil finde ud af om det kunne være noget for dig, så kan du tilmelde dig Gåværtskurset der ligger onsdag den 18. august kl. 17.00 til 20.30. Det foregår i DGI-huset og er gratis. Hvis du er interesseret skriv da en mail til kent@iidvejle.dk.



Idræt i dagtimerne

Sundhedshus Vejle, Vestre Engvej 51F, 7100 Vejle

Kontortid: kl. 10-12 - Torsdag kl. 9-13

Tlf.: 7572 0511 Mobil: 2045 0511

Mail: kent@iidvejle.dk

Hjemmeside: www.iidvejle.dk



Facebook IFS



Hjemmeside



Email

[unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

This email was sent to kent@iidvejle.dk

[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

Idræt i dagtimerne IFS · Vestre Engvej 51F · Vejle 7100 · Denmark

