



Aktivitetsprogram for IFS (Idræt for psykisk sårbare) 2023/2024



Aflysninger kan forekomme. Tjek nyheder, arrangementer og aflysninger på www.iidvejle.dk

Du kan tilmelde dig SMS-service og nyhedsmail, så du altid er opdateret på evt. ændringer

Opdateret 1. august

Mandag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
Træningscenter	DGI-huset, hal 1 - Balkonen	Hele året	12.30 – 14.00	

Tirsdag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
Træning i skoven	Helligkildevej, "højen" ved indgangen til dyrehaven	August-juni	13.00-14.15	Sammen med IFA
Svømning og vandgymnastik	 DGI-huset, Svømmehallen	August – juni	11.30 – 12.30	Indgang fra kl. 11.10 – 11.40 Husk 20 kr. til skabet

Onsdag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
Rygtræning på stor bold	DGI-huset, hal 2C	August – juni	10.30 – 11.30 	Sammen med IFA
Indendørs fodbold – En del af Ombold	DGI-huset	August – juni	10.00 – 11.30	Sammen med IFA
Gåture	Se plan på bagsiden	August – juni	12.00 – ca.13.00	Gratis for alle
Padeltennis	Bauhaus Park, Hældager Nørremarksvej 157,	August- September	13.00-15.00	Sammen med IFA
Brætspiscafé	Sundhedshuset, lokale 0.008	Første onsdag i hver måned (undtaget juli)	13.00 – 15.00	Vi har spil, men du må gerne selv tage spil med

Torsdag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
Badminton og volleyball	Grejsdalshallen, Grejsdalsvej 155	September – april	10.00 – 11.30	
Beachvolleyball og Krolf	Albuen strand	Maj, juni og august	10.00 – 11.30	
Fitnessboksning	Bokseklubben Wedala, Spinderihallerne	August-juni	13.00 – 14.00	

Fredag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
Træningscenter	DGI-huset, hal 1 - Balkonen 	August – juni	11.00 – 12.30	



Idræt i dagtimerne

Sundhedshus Vejle – Vestre Engvej 51 F – 7100 Vejle – Tlf. 7572 0511 – Mobil 2045 0511

Kontortid: 10-12 – Torsdag kl. 9-13 – Email: info@iidvejle.dk – www.iidvejle.dk

<https://www.facebook.com/vejleifs>



Aktivitetsprogram for IFS (Idræt for psykisk sårbare) 2023/2024



Gåture 2. kvartal 2023

Turene er åbne for alle borgere i Vejle Kommune

ALLE ture starter onsdag kl. 12.00

Dato	Mødested	Guide
2. august	Gl. Hornstrupvej v. baneoverskæringen overfor Gl. Hornstrupvej 9	Sofie
9. august	Indgangen til Søndermarkshallen	Rasmus
16. august	Den røde port ved dyrehavens vestlige indgang	Robin
23. august	DGI-huset, Indgang nord	Thomas
30. august	Gl. Hornstrupvej v. baneoverskæringen overfor Gl. Hornstrupvej 9	Sofie
6. september	Nørre Bygade v. Klippehjørnet, Grejs	Bente
13. september	Indgangen til Søndermarkshallen	Rasmus
20. september	Den røde port ved dyrehavens vestlige indgang	Robin
27. september	DGI-huset, Indgang nord	Thomas
4. oktober	Gl. Hornstrupvej v. baneoverskæringen overfor Gl. Hornstrupvej 9	Sofie
11. oktober	Nørre Bygade v. Klippehjørnet, Grejs	Bente
18. oktober	Indgangen til Søndermarkshallen	Rasmus
25. oktober	DGI-huset, Indgang nord	Thomas
1. november	Nørre Bygade v. Klippehjørnet, Grejs	Bente
8. november	Gl. Hornstrupvej v. baneoverskæringen overfor Gl. Hornstrupvej 9	Sofie
15. november	Den røde port ved dyrehavens vestlige indgang	Robin
22. november	Indgangen til Søndermarkshallen	Rasmus
29. november	DGI-huset, Indgang nord	Thomas
6. december	Gl. Hornstrupvej v. baneoverskæringen overfor Gl. Hornstrupvej 9	Sofie
13. december	Nørre Bygade v. Klippehjørnet, Grejs	Bente
20. december	Den røde port ved dyrehavens vestlige indgang	Robin

Du kan finde andre gåfællesskaber via www.iidvejle.dk.



Idræt i dagtimerne

Sundhedshus Vejle – Vestre Engvej 51 F – 7100 Vejle – Tlf. 7572 0511 – Mobil 2045 0511
Kontortid: 10-12 – Torsdag kl. 9-13 – Email: info@iidvejle.dk – www.iidvejle.dk
<https://www.facebook.com/vejleifs>