

Aktivitetsprogram for IFS 2025

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 15. maj 2025

Mandag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
Fitnesscenter	DGI-huset, hal 1 - Balkonen	Hele året	12.30 – 14.00	
Cirkeltræning	DGI-huset, hal 2B	August – juni	12.30-13.15	
Mavehold	DGI-huset, hal 2B	Maj – juni	13.15-14.00	

Tirsdag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
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
Fodbold – En del af Ombold	DGI-huset	August – juni	10.00 – 11.30	
Volleyball	DGI-huset	September - juni	10.00 – 11.30	Sammen med IFA
Fitnesscenter	DGI-huset, hal 1 - Balkonen	Hele året	11.00 – 12.30	
Pilates	DGI-huset, hal 1 – Balkonen	Maj - juni	11.30 – 12.30	
Hensyntagende yoga og mindfulness	Spejlsalen, DGI-huset	August - juni	11.00-12.00	Kun i ulige uger
Brædspilscafé	Kantinen v/kontoret i Sundhedshuset	August - juni	13.00 – 15.00	Kun i lige uger

Torsdag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
Fitnessboksning	Bokseklubben Wedala, Spinderihallerne	August – juni	13.00 – 14.00	

Fredag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
Fitnesscenter	DGI-huset, hal 1 - Balkonen	Hele året	11.00 – 12.30	
Badning ved Tirsbæk strand	Tirsbæk strand	August - juni	12.00-13.00	Sauna oktober-april. Husk håndklæde til sauna. Vi har badetøj på i vandet og saunaen



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>