

# Modul 3 – november 2022

	Mandag		Tirsdag		Onsdag		Torsdag		Fredag
		6.45	Vejning – Klaus						
8.30 9.00	Morgensamling Michael – Vibeke	8.30 9.00	Morgensamling og – motion Michael	8.30 9.00	Morgensamling og – motion Michael	8.30 9.00	Morgensamling og motion Knut	8.30 9.00	Morgensamling og motion Almind
9.00 9.30	Walk & Talk Michael	9.00 9.30		9.00 9.30		9.00 9.30		9.00 9.30	
9.45 10.45	Liv & Læring Michael	9.45 12.00	Trivsel 1 Alle nye Michael  Hverdagsmagi – Marie  9.45-10.45 Store bolde – Klaus 11-12 Cirkeltræning – Klaus	9.45 12.00	Find din indre kreativitet - Connie  Madværksted – Merete  Trivsel 2 – Michael  11-12: Puls & Muller – Knud	9.45 12.00	Kost & Sundhed Sundhed & Livsstil Klaus  9.45-10.45 Drama - Knud 11-12 Mobility– Knud  9.45-10.45 HitFit – Marie 11-12 Qigong – Marie	9.45 12.00	Mental Sundhed Sundhed & Trivsel Marie  Overvægtens psykologi – Klaus  9.45-10.45 Positive relationer & Kærlighed – Michael  11-12: Boldspil – Michael
11.00 12.00	Mindfulness – Marie  Cirkeltræning – Klaus  Samspil – Michael								
13.00 16.45	14.00-16.15 Læder (12) – Bonnie  14.00 – 15.30 (1½ time) Yoga – Connie  15.45-16.45 Under 30 – Connie  Michael – aftenvagt	13.00 15.15	Tegning – Bonnie  Vandmotion – Marie  Kulturvandring – Klaus  Klaus – aftenvagt	13.00 15.15	13-14: Slow – Knud 14.15-15.15: Cirkeltræning – Knud  Keramik – Connie (2½ time)  Skærgårdsmad – Merete  Husmøder kl. 16-17  Knut – aftenvagt	13.00 15.15	Store bolde – Klaus Cirkeltræning – Klaus  Naturfordybelse – Marie  Maleri – Bonnie  Bonnie – aftenvagt	13.00 15.15	DGI

Navn og værelsesnummer: \_\_\_\_\_