

UD AF RØRET KURSER 2025/2026

Kursusnr: **25-563T**

Fag	Folkehus	Tidspunkt	Underviser
Basisgymnastik uden gulvøvelser	Vejlby	Mandag kl. 12–13.25 Startdato: 11/8	Sara Akmal
Det digitale seniorliv	Skejby	Tirsdag kl. 8.30–11.45 Startdato: 5/8	Kasper Loft
Gymnastik	Vejlby	Tirsdag kl. 9–10.50 Startdato: 19/8	Randi Jakobsen
Styrk din ryg	Skejby	Onsdag kl. 9.30–10.55 Startdato: 13/8	Sara Akmal
Linedance Let øvede	Skejby	Onsdag kl. 13–14.50 Startdato: 6/8	Rie Bager
Damegymnastik	Skejby	Torsdag kl. 8.30–9.55 Startdato: 14/8	Randi Jakobsen
Yoga	Skejby	Fredag kl. 9–10.50 Startdato: 15/8	Fie K. Valsted

For pensionister, førtidspensionister og efterlønnere i Aarhus Kommune.

Ændringer kan forekomme, hvis det bliver nødvendigt. Bemærk, at man ikke er garanteret et bestemt antal lektioner.

Pris: fra 1095,- kr. for hele sæsonen.

Tilmelding fra på www.fo.dk eller ved personligt fremmøde i FO-Aarhus kursusbutik, Frederiksgade 78C, mandag – torsdag kl. 10 – 16 og fredag kl. 10 – 15.

Det er ikke muligt at tilmelde sig telefonisk eller direkte til underviseren.

