



For pensionister, førtidspensionister & efterlønnere
i Aarhus Kommune



UD AF RØRET

2025/2026 I FOLKEHUSET BRABRAND

Kursuspakker med bl.a. kreativt billedværksted,
mindful yoga, engelsk, Qi gong og meget mere for
kun kr. 1.095,-



Tilmelding og betaling til den nye sæson:

Ud af Røret sæson 2025 - 2026. Ændringer kan forekomme, hvis det bliver nødvendigt. Bemærk at man ikke er garanteret et bestemt antal lektioner. Hvis der må aflyses på grund af krig, naturkatastrofer, terror, strejker, snestorm eller epidemier, betragtes dette som force majeure, jfr. de almindelige betalingsbetingelser.

Prisen for sæsonen er kr. 1.095,- og hvis der er for mange interesserede til et enkelt fag, vil tilmeldingsdatoen være gældende, hvilket kan betyde at man kommer på venteliste eller henvises til faget et andet sted.

Tilmelding vil være muligt fra tirsdag d. 15. juli 2025 kl. 09.00 via www.fo.dk eller i FO-Aarhus' kursusbutik, Frederiksgade 78C, mandag - torsdag fra kl. 09 - 16 og fredag fra kl. 09 - 15.



HOLDOVERSIGT 2025/2026

FOLKEHUSET BRABRAND

Hold 1 - holdnummer 25-586

Mindful yoga, styrkende og afspændende v. Sandra Breitenbach, mandag kl. 9.20-11.15, (start d. 11/8)

Engelsk v. Jeanette Eriksen, mandag kl. 13.00-14.50, (start 25/8)

Qi gong, let øvede v. Helle Kristiansen, tirsdag kl. 10.30-11.55, og sidste tirsdag i måneden kl. 14.15-15.40 (start 2/9)

Siddende motion v. Birgit Jørgensen, onsdag kl. 10.00-11.50, (start 3/9)

Qi gong v. Helle Kristiansen, torsdag kl. 10.30-11.50, (start 4/9)

Hold 2 - holdnummer 25-587

Mindful yoga, styrkende og afspændende v. Sandra Breitenbach, mandag kl. 11.15-13.00, (start d. 11/8)

Mindful yoga, blid bevægelse og Yin v. Sandra Breitenbach, torsdag kl. 8.30-10.20, (start d. 14/8)

Kreativt Billedværksted v. Sandra Breitenbach, torsdag kl. 11.00-13.45, (start 28/8)

Bevæg dig vel v. Helene Ulriksen, fredag kl. 10.00-11.50, (start 22/8)

SES VI?



**I FOLKEHUSET BRABRAND
VOLDBÆKVEJ 92, 8220 BRABRAND**

Det praktiske

- Undervisningen fortsætter til forår/sommer 2026.
- Betaling for et hold giver adgang til alle holdets fag.
- Pris kr. 1.095,-
(Prisen dækker hele forløbet).
- Vælger du fag fra to forskellige hold, betaler du kr. 1.095,- for hvert hold.
- Til enkelte fag skal der påregnes materiale udgifter.

Kontaktperson

Jette Bach, FO-Aarhus

Mail: jba@fo-aarhus.dk

Tlf.: 87 46 45 50, hverdage kl. 9 - 15

