

## UKESPLAN AKTIVITET HØSTEN 2023

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
<p>KL. 10.30-11.30: <b>INDIVIDUELL VEILEDNING I APPRATESALEN PÅ EIDSKOG AKTIV**</b></p>	<p>SESONGSTYRT AKTIVITET:</p> <p><u>FRA AUGUST TIL HØSTFERIEN:</u> KL. 11.00: <b>TURDAG*</b> (SE TUROVERSIKT FOR MER BESKRIVELSE)</p> <p><u>FRA HØSTFERIEN TIL JUL :</u> KL. 11.00-12.00: <b>ROLIG TØY&amp;BØY*</b></p> <p><b>STED: FESTSALEN PÅ RÅDHUSET</b></p>	<p><b>GOLFPROSJEKTET MED KONGSVINGER GOLFKLUBB***</b></p> <p>KL. 11.00-15.00 PÅ LIERMOEN (GOLFANLEGGET)</p> <p><u>Etter banen på Liermoen stenges for sesongen håper vi på tid innendørs i vinterhalvåret.</u></p> <p>KL. 19.00-20.00: <b>INNEBANDY*</b> Sted: Tollefsbøl skole (Tobøl)</p>	<p>KL. 11.00-12.00 <b>STERK &amp; STØDIG****</b> STED: FESTSALEN PÅ RÅDHUSET</p>	<p>KL. 11.00-12.00: <b>SPINNING OG STYRKETRIM PÅ EIDSKOG AKTIV*</b></p> <p>Ved fint vær tidlig på høsten, kan aktiviteten flyttes utendørs på området bak Eidskog Aktiv. Beskjed om dette gis.</p>

\*Åpen for alle som ønsker å delta; \*\*Åpen for personer under individuell oppfølging; \*\*\*Ta kontakt ved ønske om deltakelse;  
\*\*\*\* For de som er 65 år og eldre