

Aktivt seniorliv maj 2025

Onsdag d. 14 Maj	TID	Torsdag d. 15 Maj	Fredag d. 16 Maj	Lørdag d. 17 Maj	Søndag d. 18. Maj
15.00 - 15.30 Ankomst og indkvartering	7.45 – 8.15	Morgenmad i spisesalen sammen med eleverne			
	8.30 – 9.00	Morgensamling			
	9.00 – 10.15	Bevægelse Finn Bygballe (Dansesalen)	Bevægelse Finn Bygballe (Dansesalen)	Bevægelse Finn Bygballe (Dansesalen)	Bevægelse Finn Bygballe (Dansesalen)
	10.15 – 10.45	Kaffe og te			
	10.45 – 12.15	Leg og træning 1 Daniel Dios (Dansesalen)	Yoga - hatha Karen (dancesalen)	Kunst Finn Bygballe (skyen)	At holde sig nysgerrig Finn Bygballe (skyen)
	12.30 – 14.00	Frokost (12.30 - 13.00) og pause			
	14.00 – 15.30	Leg og træning 2 Daniel Dios (Ude eller Dansesalen)	Aqua challenge i Roskilde badene	Bold Julie (ude eller hal)	Kaffe og fælles afrunding
KL. 15.30 Velkomst, introduktion og rundvisning	15.30 – 16.00	16.00 - 17.30 Kaffe og te	15.30 - 16.00 Kaffe og te		
	16.00 – 17.30				17.30 Guided tour i Musicon Hanne Kirstein
kl. 16.30 - 17.45 Bevægelse Finn Bygballe (Dansesalen)		17.30 - 18.00	Tid på egen hånd		
Aftensmad	18.00 – 19.00	Aftensmad (18.00 - 18.30) og pause			Kl. 18.30 Festmiddag med sang og indslag
Højskoleaften Julie Hauge (Foredragssalen)	19.00 - 21.00	Kor (med eleverne) Sarah (Foredragssalen)	Højskolesangbogen Julie Hauge + pianist (Foredragssalen)		
kaffe og kage	21.00	Aftenhygge med kaffe og kage			