

Medlemsaktiviteter 2023/2024

Efterår/Vinter

Aktivitet:	Tidsrum:	Dag:	Sted:	Periode:	Instruktørens kontaktperson i bestyrelsen
Svømning	10.00 - 11.00 11.00 - 12.00	Mandag	Svømmehallen Nygårdsvej 100	04.09 - 29.04	Erik Hesselbjerg
Svømning Vandgymnastik	11.00 - 11.45 11.45 - 12.30 12.30 - 13.00	Fredag	Svømmehallen Nygårdsvej 100	01.09 - 26.04	Erik Hesselbjerg
Oi Gong & Tai Chi	08.45 - 09.40 & 09.50 - 10.45	Onsdag	Arena Næstved Hal 1 Ved Stadion 11	06/09 - 24.04 <small>(efter nytår start 7/1-24)</small>	Lisbeth Schomann
Stavgang	10.00 - 11.30	Mandag, onsdag og Fredag	Rådmandshaven	01.09 - 29.04	Bent Christensen
Gymnastik	09.00 - 10.00	Torsdag	Arena Næstved Hal 2 Ved Stadion 11	07.09 - 25.04	Lisbeth Schomann

Stolegymnastik	09.30 – 10.00	Torsdag	Arena Næstved Hal 1 Ved Stadion 11	07.09 – 25.04	Lisbeth Schomann
Spil	10.00 -11.30	Torsdag	Arena Næstved Hal 2 Ved Stadion 11	07.09 – 25.04	Erik Hesselbjerg
Musik & Bevægelse	10.00 – 10.45	Torsdag	Arena Næstved Hal 1 Ved Stadion 11	07.09 – 25.04	Lisbeth Schomann
Skånegymnastik	09.00 - 10.15 & 10.30 - 11.30	Mandag	Næstved Bokseklub Kanalvej 22	04.09 – 29.04	Lisbeth Schomann
	10.00 – 11.00	Tirsdag		05.09 – 30.04 (efter nytår start 8/1-24)	
Gå – Gymnastik	10.00 – 11.00 (max 18 deltagere)	Tirsdag	Et sted i Næstved Varierer fra gang til gang	05.09 – 30.04 (efter nytår start 9/1-24)	Lisbeth Schomann
Bordtennis	09.30 - 12.00	Tirsdag	Bane 5 - Arena Næstved	05.09 – 28-05	Finn Keld Hansen
	10.00 – 12.00	Torsdag	Bane 4 - Arena Næstved Ved Stadion 11	07.09 – 25.04	
Indendørs Cykling	10.29 – 11.30	Fredag	Happy2Fitness Marskvej 17	01.09 – 26.04	Bent Christensen

Opdateret den 16-08-2023

Yoga	09.30 – 10.45 & 11.15 – 12.30	Onsdag	Næstved Bokseklub Kanalvej 22	06.09 – 24.04 (efter nytår start 10/1-24)	Lisbeth Schomann
Fællessang	14.00 – 16.00	Onsdag	Frivilligcenter Næstved Farimagsvej 16	11.10 & 6.12-2023 2024 ????	Søren Toldam