

Medlemsaktiviteter 2024/2025

Efterår/Vinter

Aktivitet:	Tidsrum:	Dag:	Sted:	Periode:	Instruktørers kontaktperson i bestyrelsen
Svømning	10.00 - 11.00 11.00 - 12.00	Mandag	Svømmehallen Nygårdsvej 100	04.09 - 28.04	Erik Hesselbjerg
Svømning Vandgymnastik	11.10 - 11.55 11.55 - 12.40 12.40 - 13.100	Fredag	Svømmehallen Nygårdsvej 100	06.09 - 25.04	Erik Hesselbjerg
Oi Gong & Tai Chi	09.00 - 10.00	Mandag	Arena Næstved Hal 1 Ved Stadion 11	09.09 - 28.04	Lisbeth Schomann
Qi Gong & Tai Chi	08.45 - 09.45 09.50 - 10.50	Onsdag	Arena Næstved Hal 1 Ved Stadion 11	11.09 - 30.04	Lisbeth Schomann
Stavgang	10.00 - 11.30	Mandag, onsdag, Fredag	Rådmandshaven	02.09 - 30.04	Bent Christensen

Gymnastik	09.00 – 10.00	Torsdag	Arena Næstved Hal 2 Ved Stadion 11	05.09 – 24.04	Lisbeth Schomann
Stolegymnastik	09.30 – 10.00	Torsdag	Arena Næstved Hal 1 Ved Stadion 11	05.09 – 24.04	Lisbeth Schomann
Spil	10.00 -11.30	Torsdag	Arena Næstved Hal 2 Ved Stadion 11	05.09 – 24.04	Erik Hesselbjerg
Musik & Bevægelse	10.00 – 10.45	Torsdag	Arena Næstved Hal 1 Ved Stadion 11	01.10 – 24.04	Lisbeth Schomann
Skånegymnastik	09.00 - 10.15	Mandag	Klublokalet over Hal 1 Arena Næstved	02.09 – 26.05	Lisbeth Schomann
	& 10.30 - 11.30	Mandag		02.09 – 28.04.	
	09.00 – 10.00	Tirsdag		03.09 – 29.04	
Gå – Gymnastik	09.30 – ? (max 18 deltagere)	Tirsdag	Et sted i Næstved Varierer fra gang til gang	03.09 – 27.04	Lisbeth Schomann
Bordtennis	09.30 - 12.00	Tirsdag	Bane 5 - Arena Næstved	03.09 – 27-05	Finn Keld Hansen
	09.30 – 12.00	Torsdag	Bane 4 - Arena Næstved	05.09 – 24.04	

Opdateret den 05-10-2024

			Ved Stadion 11		
Indendørs Cykling	10.29 – 11.30	Fredag	Happy2Fitness Marskvej 17	06.09 – 25.04	Bent Christensen
Yoga	09.30 – 10.45 & 11.15 – 12.30	Onsdag	Arena Næstved Klubhuset over Hal 1	04.09 – 23.04	Lisbeth Schomann
Fællessang	14.00 – 16.00	Onsdag	Frivilligcenter Næstved Farimagsvej 16	Datoer udmeldes fra gang til gang	Søren Toldam
Line Dance	09.30 – 10.30	Tirsdag	Arena Næstved – Hal 1	01.10 – 29.04.	Pia Elin
Padel Tennis	09.00 – 11.00	Onsdag	Match Padel Maglemølle	04.09 – 29.04	Finn Keld Hansen
Danse Cafè	14.00 – 17.00	Fredag	Klublokalet over Hal 1 Arena Næstved	11/10-2024 14/02-2025	Bent Christensen
Herr-lig Fitnes for mænd	10.30 – 11.30	Mandag	Sport & Fitness Rolighedsvej 20 Næstved	09.09 - 28.04	Bent Christensen