

# Familiekursus, uge 31 2019

	Lørdag	Søndag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
7.00 – 8.15	Ankomst, kaffe og indkvartering 16.00-17.00 17.00 Velkomst	Morgenmotion og Morgenmad	Morgenmotion og Morgenmad	Morgenmotion og Morgenmad	Morgenmotion og Morgenmad	Morgenmotion og Morgenmad	Morgenmad
		Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	09.00 – 11.00 Evaluering og afrejse
		<b>Voksne</b> Klatring Outdoor fitness Volley <b>Børn</b> <b>Små</b> Krea <b>MI</b> Ultimate <b>St</b> Capture the flag	<b>Voksne</b> Adventure Race hele formiddag <b>Børn</b> <b>Små</b> Tons og tuml <b>MI</b> O-løb <b>St</b> Fitness	<b>Udflugt til</b> Alle  (Forberedelse til hemmeligheder)	<b>Voksne</b> Dans Petanque Cirkeltræning <b>Børn</b> <b>Små</b> Skattejagt <b>MI</b> Biatlon <b>St</b> Ultimate	<b>Voksne</b> Samtale cafe  <b>Børn:</b> Fælles adventurerace	
		<b>Voksne</b> O-løb Spinning Ultimate <b>Børn</b> <b>Små</b> Skovtur <b>MI</b> Beach <b>St</b> Klatring	<b>Børn</b> <b>Små</b> Skov krea <b>MI</b> Fitness <b>St</b> O-løb		<b>Voksne</b> Aktiviteter <b>Børn</b> <b>Små</b> Skattejagt <b>MI</b> Pool aktiviteter <b>St</b> Biatlon	<b>Voksne</b> Fællessang  <b>Alle børn</b> Hemmeligheder	
12.00 – 12.30			<b>Frokost</b>	<b>Frokost</b>	<b>Frokost</b>	<b>Frokost</b>	<b>Frokost</b>
		Frokostpause Poolen er åben	Frokostpause Poolen er åben	<b>Fri eftermiddag</b>	Frokostpause Poolen er åben	Frokostpause Poolen er åben	
		14 - 16 <b>Lagkage challenge</b>	14 – 16 <b>Derby</b>		14 - 16 <b>VM i boldspil</b>	<b>Det store Triathlon stævne!</b>	
		<b>Frit valg</b> Fx. fodbold	<b>Musikalsk indslag</b>		<b>Frit valg</b> Fx. gymnastik	Forberedelse fest	
18.00	<b>Aftensmad</b>	<b>Aftensmad</b>	<b>Aftensmad</b>	<b>Aftensmad</b>	<b>Aftensmad</b>	19.00 Afslutningsfest	
	Rundvisning og velkomst aktiviteter	Sang og bevægelse	Foredrag: Voksne Børn: Bål og klatring	Versus Quiz	Foredrag: Voksne Børn: Battle		
21.00	<b>Aftenkaffe</b>	<b>Aftenkaffe</b>	<b>Aftenkaffe</b>	<b>Aftenkaffe</b>	<b>Aftenkaffe</b>	<b>Aftenkaffe</b>	

\*Ret til forbedringer forbeholdes