

# IF Aktivisterne

## Program

| Dag  | Aktivitet  | Klokken       | Mødested  | Instruktør/<br>Holdleder |
|--|--|---------------|---|--------------------------|
| Mandag<br>    | <b>Padel tennis</b><br><br>Alle kan være med. Foreningen har padelbolde og padelbats kan lånes gratis hos Match Padel. | 10:00 - 11:00 | Match Padel<br>Telegrafvej 6,<br>2750 Ballerup      | Britta                   |
| Tirsdag<br>  | <b>Vandgymnastik</b><br><br>Gymnastik i vandet til dejlig musik.   | 13:00 - 14:00 | Sundhedshuset<br>Gl. Rådhusvej 13,<br>2750 Ballerup | Camilla/<br>Eddy         |
| Torsdag<br> | <b>Badminton</b><br><br>Alle kan være med. Foreningen har ketsjere og fjerbolde.                                       | 12:00 - 13:00 | Sundhedshuset<br>Gl. Rådhusvej 13,<br>2750 Ballerup | Eddy                     |

**Ved ændringer eller aflysninger sendes en sms til deltagerne.**

**Hold gerne øje med vores hjemmeside for ændringer i programmet.**

### Idrætskoordinatorer:

Eddy Madsen  
Mobil: 2630 1323  
E-mail: edy@balk.dk

Britta Clausen  
Mobil: 2152 5737  
E-mail: bcla@balk.dk

Hjemmeside: [www.if-aktivisterne.dk](http://www.if-aktivisterne.dk)