

KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

Foredrag

Oplev Møgeltønder og Schackenberg Slot.

Ons. 20. apr. til ons. 22. jun. 2022
Oplev på 2 rundvisninger både Schackenberg Slot, den smukke Slotsgade og kirken i Møgeltønder. Dagsudflugten på udvalgte onsdage er inkl. frokost & kaffe m. kage på slotskroen. Varighed ca. 4 timer.
Sted: Schackenberg Slotskro, Slotsgaden 42, Møgeltønder, Tønder.

Bjarke Regn Svendsen udstiller på Vejen Bibliotek.

Tir. 26. apr. til tir. 24. maj 2022 kl. 11-18
Du kan møde kunstneren ved ferniseringen tirsdag den 26. april kl. 16. Gratis.
Sted: Vejen Bibliotekerne, Vestergade 2, Vejen.

Udstilling: Esbjerg Evangeliet.

Fre. 6. til søn. 22. maj 2022 kl. 07-22
Se det store vægmaleri, der fortolker bibelen i billeder og tekst i et moderne sprog på Aabenraa Bibliotek. Det unikke kunstværk er udført af kunstneren Erik Hagens.
Pris: Udstillingen kan se i bibliotekets åbningstider. Fri entré.
Sted: Aabenraa Bibliotek, Haderslevvej 3, Aabenraa.

Foredragsrække om Mary & Kronprinsesserne.

Ons. 11. til ons. 18. maj 2022 17:00 - 18:30
Oplev udstillingen "Mary & Kronprinsesserne" med Folkeuniversitetet og to dygtige forskere fra Kongernes Samling, der vil tage dig med på en rejse igennem de Glücksborgske tronfølgeres ægteskaber, kvindeidealer og kongelig selvforståelse. Pris: 350 kr (175 kr for årskortholdere og studerende).
Sted: Koldinghus, Koldinghus 1, Kolding.

Udstillinger

Energi fra havet - Dansk Offshore på Nordsøen.

Tor. 8. sep. 2016 til tir. 31. dec. 2024 kl. 10
Et besøg på en af de danske platforme på Nordsøen er stort set udelukket for andre end de mennesker, der arbejder derude. Det samme gælder de store vindmølleparker, som siden år 2000 er skudt op i danske farvande. Nu præsenterer Fiskeri- og Søfartsmuseet. Pris: 150 kr.
Sted: Fiskeri- og Søfartsmuseet, Tarphagevej 2, Esbjerg V.

Danmarks Vildeste Fiskereventyr.

Ons. 1. jan. 2020 til fre. 30. sep. 2022 kl. 10
I "Danmarks vildeste fiskereventyr" giver vi fiskeskippernes vilde oplevelser tilbage til byen, idet vi sætter esbjergfiskeriet på museum. Dermed siger vi farvel til Esbjergs epoke som fiskerby. Fiskeriet, som skabte byen, får en værdig afslutning.
Pris: 150 kr.
Sted: Fiskeri- og Søfartsmuseet, Tarphagevej 2, Esbjerg V.

100 år med Danmark: Sønderjylland siden Genforeningen.

Lør. 18. jan. 2020 til tir. 31. dec. 2030
Tirsdag-søn kl. 10-17
Med udstillingen 100 år med Danmark - Sønderjylland siden Genforeningen ser Museum Sønderjylland på de 100 år, der er gået siden Genforeningen.
Pris: 95 kr.
Sted: Museum Sønderjylland - Sønderborg Slot, Sønderbro 1, Sønderborg.

Det forsvundne hertugdømme: Hans den Ældre 500 år.

Lør. 5. jun. 2021 til søn. 22. maj 2022
Tag med på sporet af det forsvundne hertugdømme.
Pris: 60 kr.
Sted: Museum Sønderjylland - Arkæologi Haderslev, Dalgade 7, Haderslev.

Esbjerg - Alle tiders bygningskultur.

Lør. 17. jul. 2021 til søn. 30. okt. 2022
I museets åbningstid
Esbjerg er ofte blevet kaldt en grim by, men hvad karakteriserer egentlig Esbjergs bygningskultur og byens rum - og hvad har gennem tiden påvirket byens fysiske udvikling? Pris: Entree.
Sted: Esbjerg Museum, Torvegade 45, Esbjerg.

Verner Pantan - Den gode smag af velvære.

Tor. 9. sep. 2021 til søn. 22. maj 2022 kl. 10-17
Hvorfor er de med den såkaldte gode smag så enige om, hvad der er godt? Er god smag ikke tit bare kedeligt? Sådan spørger Verner Pantan på Møbelmessen i København i 1988. Han udfordrer sin samtid ved at argumentere med ledende spørgsmål til det sansende menneske. Pris: Museets entré.
Sted: Trapholt, Æblehaven 23, Kolding.

Hjemme og Ude: Maler- og tegnekunst fra den faste samling, ca. 1800-1880.

Fre. 17. dec. 2021 til søn. 12. jun. 2022 11:00 - 17:00
På Kunstmuseet Brundlund Slot præsenteres et udvalg af landskabs-, marine- og blomstermalerier, rejsebilleder, tegninger og portrætter af blandt andre C.W. Eckersberg, Martinus Rørbye, Hermann Carmiencke, Ditlev Blunck, O.D. Ottesen og C.A. Jensen. Pris: 75 kr.
Sted: Museum Sønderjylland - Kunstmuseet Brundlund Slot, Brundlund Slot 1, Aabenraa.

Dansk Sygeplejehistorisk Museum.

Tir. 1. feb. til ons. 30. nov. 2022 kl. 11-16
Museet er Danmarks eneste fagmuseum om sygepleje. Udstillingerne viser sygeplejens, patientens og sundhedssystemets historie i Danmark fra middelalderen til i dag. Pris: 0-50 kr.
Sted: Dansk Sygeplejehistorisk Museum, Fjordvej 152, Strandhuse, Kolding.

1943 - Gestapo kommer.

Lør. 12. feb. til fre. 23. dec. 2022
Staldgården står, med sine tre hvide længer, som et stort og flot monument over de historiske begivenheder, som har fundet sted dér. Se åbningstider på museumkolding.dk.
Pris: 50 kr for voksne, børn under 18 år

er gratis.
Sted: Staldgården | Museum Kolding, Staldgården 1, Kolding.

Besøg Zelle II.

Lør. 12. feb. til fre. 23. dec. 2022 kl. 11-15
Besøg cellen og oplev et mørk kapitel af Danmarkshistorien.
Pris: 50 kr pr. forestilling.
Sted: Staldgården | Museum Kolding, Staldgården 1, Kolding.

Besøgscentret Skamlingsbanken.

Tir. 1. mar. til fre. 23. dec. 2022 kl. 23.59
Find åbningstider på museumkolding.dk.
Pris: 50 kr for voksne, børn under 18 år er gratis.
Sted: Skamlingsbanken | Museum Kolding, Skamlingsvej 125, Sjølund.

Skøn kreativitet på vores vægge.

Fre. 4. mar. til man. 30. maj 2022
Indenfor normal arbejdstid
Kom og se Sonja Gammelgårds skønne malerier.
Pris: Gratis.
Sted: Varde Kommune, Center for Sundhedsfremme, Ringkøbingvej 32, Varde.

Anne Marie Carl-Nielsen.

Lør. 19. mar. til søn. 28. aug. 2022 kl. 11
Udstillingen præsenterer den største soloudstilling med den danske billedhugger-verdensstjerne i 75 år. På udstillingen inviteres du ind i kunstnerens værksted og kan stifte bekendtskab med den kompromisløse kvinde, der både var eftertragtet og anerkendt.
Pris: 80 kr.
Sted: Ribe Kunstmuseum, Sct. Nicolaj Gade 10, Ribe.

Åben mølle.

Man. 28. mar. til fre. 30. dec. 2022 08:00 - 20:00
Besøg den gamle, smukke Sillerup Vindmølle fra 1857 på egen hånd.
Pris: 20 kr.
Sted: Sillerup Mølle, Sillerup Møllevej 35, Haderslev.

Omvisning på Sønderkov Herregård.

Man. 28. mar. 2022 til tor. 30. nov. 2023 11:00 - 16:00
Giv jeres besøg en ekstra dimension.
Pris: 600 kr.
Sted: Museet Sønderkov, Sønderkovgårdvej 2, Brørup.

Udstilling af malerier v. Ida Bau Andersen og Bente Hauge, Ølgod.

Fre. 1. apr. til tir. 31. maj 2022
Kulturhuset har åbent alle dage kl. 7-23
Gratis.
Sted: Kulturhuset i Ølgod, Vestergade 5, Ølgod.

Agnete Brinch: Kvinder ved Havet - i Nymindegabmalernes fodspor.

Fre. 1. apr. til ons. 31. aug. 2022 i museets åbningstid
Agnete Brinch er fascineret af Nymindegabmalerne. Inspireret af dem kommer hun tæt på kvinder ved havet, når hun går i malerkolonien fodspor og nyfortolker kvindernes daglige trættende liv ved fiskerlejet Nymindegab.
Pris: Til museet.
Sted: Nymindegab Museum, Vesterhavsvej 294, Nymindegab, Nørre Nebel.

Dybbøl Mølle.

Fre. 1. apr. til man. 31. okt. 2022 10:00 - 16:00
Velkommen til Dybbøl Mølle, oplev møllens historie, Danmarks Nationale Symbol.
Pris: Voksne: 50 kr, Børn (5-15 år): 25 kr, Børn (0-4 år) fri entré.
Sted: Dybbøl Mølle, Dybbøl Banke 7, Sønderborg.

Oplev 1864.

Fre. 1. apr. til man. 31. okt. 2022 10:00-17:00
Historiecenter Dybbøl Banke er et oplevelsescenter om krigen i 1864 mellem danskerne og preusserne. I vores autentiske skanserekonstruktion kan du for første gang siden 1864 gå rundt i et dansk skanseanlæg med masser af spændende formidling.
Pris: Voksne: 130 kr, Børn (5-15 år): 80 kr, Børn (0-4 år) fri entré.
Sted: Historiecenter Dybbøl Banke, Dybbøl Banke 16, Sønderborg.

Fotoudstilling i Damms Gård.

Man. 4. apr. til søn. 29. maj 2022 kl. 10-18
Oplev Sydjysk Fotoklubs medlemmers bedste fotos, når klubben udstiller værker i Rejsestalden på Damms Gård i Felsted.
Pris: Fri entré. Tilmelding ikke nødvendig.
Sted: Medborgerhuset Damms Gård, Gråstenvej 12, Aabenraa.

In your shoes - Linda Baum .

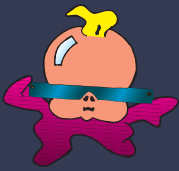
Lør. 9. apr. til søn. 22. maj 2022 kl. 14:00
Udstillingen - IN YOUR SHOES VED LINDA BAUM vil blive markeret med en større event på ferniseringsdagen. På kajen mellem Kunsthuset og Streetdome vil der over eftermiddagen være boder med bl.a. lokale iværksættere, live musik, dans, og skater konkurrence.
Gratis.
Sted: Haderslev Kunstforening, Jomfrustien 52, Haderslev.

Kunstudstilling med værker af Linda Baum og Forår på Havnen.

Lør. 9. apr. til søn. 22. maj 2022
onsdage 16-18, lørdage, søndage og helligdage 13-16
På sin udstilling "In Your Shoes" præsenterer Linda Baum en udstilling og andet godt på havnen. Hun er fascineret af forskellige former for livsstil, og undersøger forholdet mellem mennesker og natur. Hun benytter maleri, tryk, collager og fotografi.
Gratis.
Sted: Kunsthuset, Jomfrustien 52, Haderslev.

"Efter de otte morgener".

Lør. 9. apr. til fre. 27. maj 2022 Hele døgn
Kunsthall Vejle åbner lørdag d. 9. april den nye kunstudstilling "Efter de otte morgener". Vi vil derfor gerne invitere til fernisering kl. 11.00 - ca. 12.30 foran den blå automat på Banegårdspladsen 6, 7100 Vejle.
Gratis.
Sted: Kunsthall Vejle, Banegårdspladsen 6, Vejle.



KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

Særudstilling: Fredericia under Besættelsen.

Lør. 9. apr. til lør. 17. sep. 2022 kl. 13:00
Militærhistorisk Forening har i samarbejde med Museerne i Fredericia opbygget deres egen særudstilling om Fredericia under Besættelsen i Bunkermuseet, Nørre Voldgade. Se en lille udstilling og hør historier om Fredericia under Besættelsen.
Gratis.
Sted: Bunkermuseet i Fredericia, Nørre Voldgade 50, Fredericia.

Vibæk Aktivitetsdage 2022.

Lør. 9. apr. til søn. 20. nov. 2022 11:00-16:00
Aktivitetsdagene på Vibæk Møllerne er noget for hele familien. Entréen for voksne går til vedligeholdelse af møllerne og området. Fra April til oktober er der fri adgang til bygninger og området mellem 11-16. Støtte kan gives i mælkeunge el. på Mobilepay.
Pris: Voksne 20 børn fri entre.
Sted: Vibæk Vandmølle, VibækMølle 3, Vibøge, Sydals.

Forårsudstilling - Strømpemarket.

Søn. 10. apr. til man. 13. jun. 2022 kl. 10-12 & 14-16
Michael Steensig - Malerier, akvareller og skulpturer.
Sted: Horne Skole, Mælkevejen 1, Varde.

Skoven og Lyset.

Søn. 10. apr. til lørdag 24. jun. 2022
Mandage til lørdag kl. 10:00 til 17:30
Søn- og helligdage 12:00 til 17:00
I sin serie »Skoven og Lyset« bevæger Kirsten Hagelskær sig ind i den tætte skov, væk fra de store stier. Lyset har hovedrollen og falder ned gennem grene og blade, fortættet og helt tyst, næsten guddommeligt. Det maner til ro i sindet.
Gratis.
Sted: Løgumkloster Kirke, Slotsgade 11, Løgumkloster.

"Mellem første og sidste åndedrag" ny skulpturudstilling.

Fre. 15. apr. til man. 15. aug. 2022 kl. 11
Fire nye serier med titlerne; Overgang, Forbundet, Sidste lys på stammen og Livslinjer. Skulpturerne er udført i bronze og fedtsten. Katalog med fotos og tekster udgives i forbindelse udstillingen. 110 m2 galleri med maleri, glas og skulptur.
Gratis.
Sted: Galleri Vinni Bakkensen, Storegade 23, Outrup.

Udstilling Sygehus Sønderjylland, Aabenraa.

Ons. 20. apr. til tir. 31. maj 2022 kl. 12:00
Der udstilles fra 20/4-31/5 med 2 udstillere på SHS Aabenraa. Kunstner Helle Valgreen fra Taps ved Kolding med Raku keramik Kunstner Helene Kristensen fra Nr. Bjert ved Kolding med forskellige malerier Begge kunstnere kan følges på de sociale medier.
Gratis.
Sted: Sygehus Sønderjylland, Aabenraa, Kresten Philipsensvej 15, Aabenraa.

Portrætter af de kendte.

Fre. 22. apr. til fre. 17. jun. 2022 08:00 - 15:00
På Områdekort Brørup udstiller Christina Rønne malerier med portrætter af musikere, skuespillere samt karakterer fra danske film og Tv-serier .
Gratis.
Sted: Områdekort Brørup, Stadionvej 15, Brørup.

VIÐ HAVIÐ.

Lør. 23. apr. til søn. 29. maj 2022 kl. 13-17
Vi glæder os til at vise nye værker af færøske Birgit Kirke. Udstillingen "VIÐ HAVIÐ" åbner den 23. april - hvor der er fernisering klokken 14-17. Kunstneren er til stede ved ferniseringen.
Sted: Galleri Sam., Grenevej 23, Billund.

Kunstprojekt i Kunsthall6100 i Haderslev.

Tor. 28. apr. til tor. 17. nov. 2022 kl. 11-14.30
Et fællesskab med kunsten i fokus. Kunstner Molly Haslund præsenterer et oplæg til samtaler og aktiviteter om emnet "Bilen og bilisme".
Pris: Fri entré - med tilmelding.
Sted: Kunsthall 6100, Gravene 12, Haderslev.

"KVartET" Tysk kunst når det er bedst.

Fre. 29. apr. til lørdag 21. maj 2022
Torsdage og fredage 12-17.30, lørdage 10-13
Udstillingen "KVartET" viser nye aktuelle værker af billedkunstner Tatjana Schülke, tegner og maler Albert Merz, maler Claudio D'Ambrosio samt udvalgte værker af afdøde maler Hans Sieverding. Et aktuelt billede på nutidig tysk kunst, når det er bedst.
Gratis.
Sted: ARTC, Tønder, Vestergade 60, Tønder.

Lasse-Leif mysteriet.

Søn. 1. til tir. 31. maj 2022
Detektivjagt for børn og voksne. Hjælp Lasse-Leif med at finde den forsvundne gave til sin mor.
Gratis.
Sted: Kolding Bibliotek, Slotssøvejen 4, Kolding.

Kunstudstilling: Helle Dybdal Villers.

Søn. 1. til tir. 31. maj 2022 kl. 07-22
I maj kan du opleve mixed media på Rødebro Bibliotek.
Pris: Fri entré. Tilmelding ikke nødvendig.
Sted: Rødebro Bibliotek, Vestergade 20, Rødebro.

Udstilling: Anita Krøjgaard.

Søn. 1. maj til tor. 2. jun. 2022 kl. 10-17
Inspirationen til sine billeder finder Anita i naturen omkring hjemmet i Kibæk ved Herring, hvor hun også har værksted og galleri. Hendes farvestrålende billeder indbyder beskueren til at gå på opdagelse i værket og lade fantasien få frit løb.
Pris: 50 kr.
Sted: Tambours have, Bredmosevej 21, Varde.

Udstilling: Hvad lærer vi af hinanden i musikens verden?.

Søn. 1. maj til fre. 1. jul. 2022
En udstilling i Bryggeriet om musikken i Kolding.
Gratis.
Sted: Kolding Bibliotek, Slotssøvejen 4, Kolding.

Peder Lauridsen - den oversete bror.

Søn. 1. maj til søn. 14. aug. 2022 kl. 07
Pedro Lauridsen var en lokal købmand, hvis forretning blev til et mindre imperium under Første Verdenskrig. Han fik en væsentlig betydning i Vejen, hvor han blandt andet grundlagde biblioteket.
Sted: Vejen Bibliotekerne, Vestergade 2, Vejen.

Musik i Kolding.

Søn. 1. maj til lørdag 31. dec. 2022
Fotoudstilling med koncertfotos fra koncerter i Kolding-området.
Gratis.
Sted: Kolding Bibliotek, Slotssøvejen 4, Kolding.

Årets Pressefoto 2021.

Man. 2. til tir. 31. maj 2022
Se alle vinderne i de forskellige kategorier ved Årets Pressefoto 2021 på biblioteket.
Gratis.
Sted: Kolding Bibliotek, Slotssøvejen 4, Kolding.

Dataspejlet - indlevering af færdige broderier.

Ons. 4. maj til ons. 8. jun. 2022 kl. 11-18
Fristen for indlevering af det færdige broderi til Dataspejlet er den 8. juni. Du kan indlevere dit broderi på et af Vejen Kommunes Biblioteker, så sørger vi for at få dem videre til Trapholt.
Gratis.
Sted: Vejen Bibliotekerne, Vestergade 2, Vejen.

Fotoudstilling fra Suzhou.

Ons. 4. maj til fre. 15. jul. 2022 kl. 10-18
Udstillingen består af 52 fotos fra Esbjergs kinesiske venskabsby Suzhou.
Gratis.
Sted: Esbjerg Hovedbibliotek, Nørregade 19, Esbjerg.

"Blue in the face" en udstilling med Troels Aagaard.

Fre. 6. til lørdag 28. maj 2022
Torsdage og fredage 12-17.30 og lørdage 10-13
Galleri ARTC i Haderslev kan fra 6. maj til 28. maj præsentere en spændende udstilling "Blue in the face" med værker af den kendte kunstner Troels Aagaard. Der er fernisering på udstillingen: fredag d. 6. maj kl. 16-18 Torvet 2 i Haderslev.
Gratis.
Sted: ARTC, Haderslev, Torvet 2, Haderslev.

"En verden med tekstiler"

Lør. 7. til tor. 19. maj 2022
Hverdage kl. 13.00 -17.00 weekend og helligdag kl. 11.00 - 17.00
Fernisering lørd. 7. maj kl 14.00
De to udstillere er mor og datter Anne Merete Nilausen og Puk Nielsen: der helt tilfældigt på en ferie, støttede på patchwork. I dag, omkring 20 år senere, er de stadig med i den store gryde med patchwork.
Gratis.
Sted: KunstPunkt, Storegade 14, Augustenborg.

Jan Klein kunstudstilling.

Lør. 7. til søn. 22. maj 2022
Tirsdag-fredag kl. 14-17, lørdag kl. 11-17, søndag kl. 14-17.
Jan Kleins kunst kan karakteriseres som Pop Art. Han maler på alt og benytter udklip fra aviser, musikblade og andet forhåndenværende for ham indlysende materiale i collagerne. Denne kunstgenre har som kendetegn fotos og andet klistret på en flad baggrund.
Gratis.
Sted: Kulturcenter Kongensgade 111, Kongensgade 111, Fredericia.

Parafrazer - særudstilling i maj.

Lør. 7. til tir. 31. maj 2022 kl. 14:00
Galleriet inviterer til fernisering og åbning af særudstillingen - Parafrazer. En parafrase er en kunstners egen version eller gengivelse af en anden kunstners værk. Her er det galleriets faste kunstnere der byder ind med hver sin parafrase.
Gratis.
Sted: Fanø Strandgalleri, Kirkevejen 39, Fanø.

Ragna Wehding - Cyklus.

Lør. 7. maj til søn. 2. okt. 2022 11:00 - 17:00
Ny udstilling på Kunstmuseet Brundlund Slot er en smuk fortælling om forandring og udvikling gennem to kunstnergenerationer.
Pris: 75 kr.
Sted: Museum Sønderjylland - Kunstmuseet Brundlund Slot, Brundlund Slot 1, Aabenraa.

Magnus Seide Hartmann udstiller i Årøsund Galleri .

Søn. 8. maj til man. 6. jun. 2022
Lørdag/søndag kl. 14-17
Magnus Seide Hartmann er en upcoming designer og kunstner. Født i Haderslev! Udstillingen er en blanding af medieArt, kunstinstallationer og tøj design.
Gratis.
Sted: Årøsund Galleri , Færgevej 33, Haderslev.

Walk of vARTE.

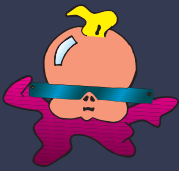
Søn. 8. maj til søn. 2. okt. 2022 08:00-20:00
For anden gang afholdes udstillingen Walk of vARTE. Denne gang med skulpturer af billedhuggeren Jens Ingvar Hansen. Udstillingen består af ti skulpturer i bymidten samt i udvalgte butikker. Ruten kan påbegyndes og afsluttes i VARDE GARTEN.
Gratis.
Sted: Varde Garten, Fiskergade 3 A, Varde.

Fortæl med ting.

Tir. 10. til man. 30. maj 2022
Se flotte mytevæsnere sammensat af papir, ting og sager på Kolding Bibliotek.
Gratis.
Sted: Kolding Bibliotek, Slotssøvejen 4, Kolding.

Quiz - Havets Hemmeligheder.

Tir. 10. maj til fre. 24. jun. 2022 10.00-16.00
Når du er på tur rundt i Økologiets udstilling kan du lære en masse om havet og dets hemmeligheder. Hvad ved du egentlig om de fantastiske arter, der lever under overfladen? Test dig selv i quizen og deltag i konkurrencen om en flot præmie. Vi trækker.



KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

Gratis.
Sted: Økolariet, Dæmningen 11, Vejle.

Natur

Kitewing med KiteSyd.

Man. 25. apr. til tir. 31. maj 2022 kl. 11-13

Vi introducerer dig til kitewing, som kan bruges både på land og vand.
Pris: 900 kr.

Sted: Sønderstrand Rømq, Sønderstrandvej, Rømq.

3 Timers kitebuggy kursus på Rømq's SønderStrand.

Man. 25. apr. til tir. 31. maj 2022 kl. 12-15

Et kitebuggy kursus giver dig masser af frisk luft og god motion. Det er teknik og der kan virkelig komme fart over feltet. Perfekt for såvel familien, kollegerne og alle der kan lide action. Grundig undervisning af certificeret instruktør. Pris: 1050 kr.

Sted: Sønderstrand Rømq, Sønderstrandvej, Rømq.

1 times Blokart experience.

Tor. 5. til tir. 31. maj 2022 kl. 10-17

Blokarting er nemt at lære, sjovt at køre. Vi gir en grundig introduktion. Alt nødvendigt udstyr incl. Pris: 375 kr.

Sted: Sønderstrand Rømq, Sønderstrandvej, Rømq.

Højskolekursus: Fugle i naturen.

Søn. 15. til lør. 21. maj 2022 kl. 15 Mærk vingesuset fra nogle af naturens mest fascinerende skabninger i kursusugen, hvor vi tager på udflugter i betagende og storslået natur. Pris: 5050 kr.

Sted: Askov Højskole, Maltvej 1, Vejen.

Diverse

Gymnastik for seniorer M/K tirsdag 09:30.

Tir. 5. jan. 2021 til lør. 31. dec. 2022 tir kl. 09.30-10.30

Gymnastik, hvor kroppens bevægeapparat muskler bevæges og styrkes til god musik. Gratis.

Sted: Varbergparkens Aktivitetshus, Varbergvej 65 A, Haderslev.

Gymnastik for seniorer M/K torsdag 09:45.

Tor. 7. jan. 2021 til lør. 31. dec. 2022 tor kl. 08.45-09.45

Gymnastik, hvor kroppens bevægeapparat og muskler bevæges og styrkes til god musik. Gratis.

Sted: Gram Fritidscenter, Stadionvej 15, Gram.

Gå-Langsomt Hold fra Sundhedscenter Haderslev onsdag 15:00.

Man. 1. mar. 2021 til lør. 31. dec. 2022 ons kl.: 15-16

Fællesskab og gåtur for dig, der gerne vil gå i et roligt tempo. Gratis.

Sted: Sundhedscenter Haderslev, Clausensvej 25, Haderslev.

Travetur fra P-pladsen overfor fodboldstadion hver anden torsdag i ulige uger, kl 10:00.

Ons. 17. 2021 til tor. 20. mar. 2025 kl. 10 Du er også meget velkommen og det er GRATIS! Lisbeth og Poul er tovholdere for denne klub. Det eneste der kræves for at medvirke er, at du har lyst til traveture rundt i den dejlige natur omkring Esbjerg.

Sted: Vognsbølsparken, Gl Vardevej 89, Esbjerg.

Gå i Gang i Billund Kommune.

Ons. 26. maj 2021 til søn. 31. jul. 2022 GÅ I GANG er for mennesker, som ønsker at røre sig - samtidig med, at der tages hensyn til eventuelle skavanker samt eventuel usikkerhed overfor fysisk aktivitet. Aktiviteterne foregår rundt omkring i Billund Kommune - og socialt samvær er i fokus. Gratis.

Sted: Billund Kommune, Rådhus, Jorden Rundt 1, Grindsted.

Gådejagt: Hertugens hjerte.

Lør. 5. jun. 2021 til søn. 22. maj 2022 kl. 10-16

Kan du løse gåden i udstillingen 'Det forsvundne hertugdømme: Hans den Ældre 500 år?'. Pris: Gratis efter betalt entré til museet.

Sted: Museum Sønderjylland - Arkæologi Haderslev, Dalgade 7, Haderslev.

Bassinprøve og førstehjælp.

Ons. 30. 2021 til tor. 30. jun. 2022 kl. 09 Få opdateret din bassinprøve samt førstehjælp v. Aktiv Aabenraa torsdag den 30. juni 2022 i Bov Svømmehal. Sted: Bov Svømmehal, Plantagevej 2B, Bov, Padborg.

Mænd Senior Fysisk træning mandag og fredag 10:00-11:00.

Fre. 3. sep. 2021 til lør. 31. dec. 2022 kl. 10-11

Mænd Senior mødes til fælles træning i Gram Motionscenter. Individuelle programmer, instruktøren hjælper og vejleder. Socialt samvær. Pris: 165 kr.

Sted: Gram Motionscenter, Kongevej 35, Gram.

Begynderundervisning i bridge.

Tir. 7. sep. 2021 til tir. 31. maj 2022 kl. 19

Trekantens Bridgeklub tilbyder gratis begynderundervisning i det spændende kortspil bridge. Vores undervisning vil foregå i Foreningernes Hus i Vejle. Alle er velkomne og vi vil gøre alt for at det bliver en god og hyggelig stemning. Gratis.

Sted: Foreningernes Hus, Dæmningen 58 1. sal, Vejle.

Lungekor i Sundhedscenter Haderslev.

Man. 13. 2021 til tir. 13. sep. 2022 kl. 11 Vi mødes hver mandag i kantinen i Sundhedscenter Haderslev. Alle kan deltage, men det henvender sig til folk som har KOL, astma eller en anden form for lungesygdom. Sted: Sundhedscenter Haderslev, Clausensvej 25, Haderslev.

Strikke-cafe i Brugerhuset.

Tir. 19. okt. 2021 til tir. 12. jul. 2022 kl. 13-15

Fællesskab med strik. Pris: 5 kr for kaffe/the. Sted: Sundhedscenter Haderslev, Clausensvej 25, Haderslev.

Letøvet svømning (fra 8 -12 år) langbane.

Tor. 11. nov. 2021 til tor. 16. jun. 2022 27 kursud dage kl. 16.45

Underviser: Bolette Rasmussen. På disse hold vil der arbejdes videre med, at gøre børnene fortrolige med vand gennem leg og svømning. Pris: 1440 kr. Sted: Kirstinebjergskolen, Indre Ringvej, Indre Ringvej 175, Fredericia.

Begyndersvømning (5-8 år).

Tir. 23. nov. 2021 til tir. 31. maj 2022 23 kursud dage kl. 17

Underviser: Bolette Rasmussen. BEGYNDERSVØMNING(5 - 8 år) På dette holdarbejdes der med at gøre børnene fortrolige med vand gennem leg og svømning. Pris: 1260 kr. Sted: Fredericiaskolen, Merkurvej 2, Fredericia.

Varmtvandstræning hensynstagende.

Man. 29. nov. 2021 til man. 30. maj 2022 20 kursud dage kl. 16

Skånsom træning i det varme bassin (M+K) Holdet henvender sig til både mænd og kvinder, der har gigt, dårlig ryg eller andre fysiske lidelser, som hæmmer bevægelsesfriheden. Pris: 1230 kr. Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Team My Heart Haderslev.

Lør. 1. jan. til lør. 31. dec. 2022 kl. 18 om onsdage og 15.30 om fredage

Motion for kronikere. Pris: 500 om året.

Sted: Sundhedscenter Haderslev, Clausensvej 25, Haderslev.

60+ enlige mænd mandagsmøder.

Man. 3. jan. til lør. 31. dec. 2022 kl. 14-16 Klub for enlige voksne mænd For at deltage skal man være over 60 år enlig i hverdagen have lyst til selskab være selvhjulpne. Klubben mødes hver mandag kl 14.00-16.00 i sundhedscenter

Vojens. se venligst program. Sted: Sundhedscenter Vojens, Rådhuscenteret 7, Vojens.

Åbne Værkseder - alle hverdage.

Tir. 4. jan. til tor. 15. dec. 2022 kl. 09-12 Åbne kreative værksteder, det er: Helt uforpligtende, arbejde med egne værker, gensidig inspiration, uden grænser, udtalt socialt godt miljø, plads til store armbevægelser, kaffe på kanden og alle former for kunstneriske aktiviteter. Gratis. Sted: MarKant - Børkops Kulturhus, Ågade 6, Børkop.

Stolegymnastik gymnastik for rollatorbrugere tirsdag 10:30.

Tir. 4. jan. til lør. 31. dec. 2022 kl. 10.30-11.30

Fysisk træning. Kom og styrk musklerne og få rørt bevægeapparatet til god musik. Vi bruger stolen eller rollatoren som støtteredskab. Gratis. Sted: Netcafeen, Varbergvej 55,

Haderslev.

Plask og leg (3-5 år).

Ons. 5. jan. til ons. 25. maj 2022 19 kursud dage kl. 17 Underviser: Maiken Andreasen. Bliv tryk i vandet Målet med Plask og Leg er at give børnene tryghed ved at være i vandet uden at have far og mor lige ved hånden. Pris: 725 kr. Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Familiesvømning (6 mdr.-5 år).

Ons. 5. jan. til ons. 25. maj 2022 19 kursud dage kl. 17.30 Underviser: Trine Clemen Skov. Familiesvømning Aquabevægelse og afsponding for familier med børn mellem 6 mdr. og 5 år På Familiesvømning er undervisningendelt op, så der er noget for alle børn. Pris: 100 kr. Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Blomsterbinding.

Ons. 5. jan. til ons. 25. maj 2022 8 kursud dage kl. 18.30

Underviser: Gitte Kobberrød. Pris: 888 kr. Sted: Bofællesskabet Ullerupdal, Ullerupdalvej 90, Fredericia.

Gram Aktivcenter Forårsprogram.

Ons. 5. jan. til ons. 1. jun. 2022 Se de enkelte aktiviteter Aktivitetret er for personer 60+, som har lyst til at mødes til aktiviteter og være sammen med andre. Der kræves ingen medlemskab. Formand for Gram Aktivcenter: Ellens Hansen tlf. 20301715.

Pris: Se de enkelte aktiviteter.

Sted: Gram Aktivcenter, Kirkeallé 22, Gram.

Iyengar yoga niveau 1 & 2.

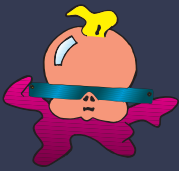
Ons. 5. jan. til ons. 24. aug. 2022 25 kursud dage kl. 10 Underviser: Lone Jakobsen. Iyengar yoga Iyengar yoga er for alle aldersgrupper. Du er velkommen, selvom du er nybegynder. Lone undervisningsdifferencierer, hvis det er nødvendigt. Pris: 2440 kr. Sted: Yoga - Kongensgade, Kongensgade 26A, Fredericia.

Iyengar yoga niveau 1 & 2.

Ons. 5. jan. til ons. 24. aug. 2022 25 kursud dage kl. 16.30 Underviser: Lone Jakobsen. Iyengar yoga Iyengar yoga er for alle aldersgrupper. Du er velkommen, selvom du er nybegynder. Lone undervisningsdifferencierer, hvis det er nødvendigt. Pris: 2440 kr. Sted: Yoga - Kongensgade, Kongensgade 26A, Fredericia.

Iyengar yoga niveau 1 & 2.

Ons. 5. jan. til ons. 24. aug. 2022 25 kursud dage kl. 18.15 Underviser: Lone Jakobsen. Iyengar yoga Iyengar yoga er for alle aldersgrupper. Du er velkommen, selvom du er nybegynder. Lone undervisningsdifferencierer, hvis det er nødvendigt. Pris: 2440 kr. Sted: Yoga - Kongensgade,



KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

Kongensgade 26A, Fredericia.

Bliv ven med din vægt.

Tor. 6. jan. til tor. 2. jun. 2022 11 kursud dage kl. 16
Underviser: Ellen Ravn Habekost. Har du lyst til, at mødes alle ulige uger? med en gruppe ligestillede og snakke om, hvordan du med få ændringer i din dagligdag kan blive et par kilo lettere - så har du muligheden her.
Pris: 1110 kr.
Sted: Bofællesskabet Ullerupdal, Ullerupdalvej 90, Fredericia.

Kvindelig.

Tor. 6. jan. til tor. 2. jun. 2022 9 kursud dage kl. 18.30
Underviser: Nicoline Arnved Topcu. Vi skal lære om gode og billige tricks til hvordan man passer og plejer sin hud, hår og negle. Vi skal bl.a. lægge ansigtsmasker, prøve forskellige frisurer, ordne negle og hænder.
Pris: 672 kr.
Sted: Brunebjergkollegiet, Brunebjerg 31, Kolding.

Musik.

Tor. 6. jan. til tor. 23. jun. 2022 22 kursud dage kl. 15.30
Underviser: Peter Juhler. Gennem læring og erfaring får du indsigt i, hvad musikken kan betyde for dig. Vi spiller dansk rockmusik, og du kan selv være med til at bestemme, hvilke sange vi skal spille. Sæsonen afsluttes med en lille koncert.
Pris: 1496 kr.
Sted: Papirfabrikken, Guldkrogen 3, 1 sal, Vejle.

Iyengar yoga - blid.

Tor. 6. jan. til tor. 25. aug. 2022 25 kursud dage kl. 10
Underviser: Lone Jakobsen. Iyengar yoga Blid Iyengar Yoga er for alle aldersgrupper. Dette Iyengar yoga hold er et hensyntagende hold, og du er velkommen, selvom du er nybegynder. På dette hold har kursisterne skavanker af forskellig art.
Pris: 2440 kr.
Sted: Yoga - Kongensgade, Kongensgade 26A, Fredericia.

Iyengar yoga niveau 1 & 2 & 3.

Tor. 6. jan. til tor. 25. aug. 2022 25 kursud dage kl. 16.30
Underviser: Lone Jakobsen. Iyengar yoga Iyengar yoga er for alle aldersgrupper. På dette hold udfordres kursisterne en anelse mere end på begynderholdene.
Pris: 2440 kr.
Sted: Yoga - Kongensgade, Kongensgade 26A, Fredericia.

Iyengar yoga niveau 1 & 2.

Tor. 6. jan. til tor. 25. aug. 2022 25 kursud dage kl. 18.15
Underviser: Lone Jakobsen. Iyengar yoga Iyengar yoga er for alle aldersgrupper. Du er velkommen, selvom du er nybegynder. Lone undervisningsdifferencierer, hvis det er nødvendigt.
Pris: 2440 kr.
Sted: Yoga - Kongensgade, Kongensgade 26A, Fredericia.

Syning.

Fre. 7. jan. til fre. 20. maj 2022 17 kursud dage kl. 12.45
Underviser: Tenna Aamann. Se smart ud! Sy din egen garderobe på overlockere og moderne symaskiner. Vi anvender færdige mønstre, som tilpasses dine personlige mål. Gennem læring får du indsigt i stil, mode og materialer. Hold 221K56.
Pris: 1632 kr.
Sted: Sprogskolen i Kolding, Ågade 27, Kolding.

Syning.

Fre. 7. jan. til fre. 20. maj 2022 17 kursud dage kl. 12.45
Underviser: Ida Marie Søndergaard. Se smart ud! Sy din egen garderobe på overlockere og moderne symaskiner. Vi anvender færdige mønstre, som tilpasses dine personlige mål. Gennem læring får du indsigt i stil, mode og materialer. Hold 221K55.
Pris: 1632 kr.
Sted: Sprogskolen i Kolding, Ågade 27, Kolding.

Begyndersvømning (6-8 år).

Fre. 7. jan. til fre. 20. maj 2022 17 kursud dage kl. 16
Underviser: Trine Clemenskov. Begyndersvømning På dette hold arbejdes der med at gøre børnene fortrolige med vand gennem leg og svømning.
Pris: 640 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Letøvet svømning (7-12 år).

Fre. 7. jan. til fre. 20. maj 2022 17 kursud dage kl. 16
Underviser: Anja Overgaard Lauridsen. Holdet er tilegnet de børn der ønsker at træne videre med teknik i de 4 stilarter samt konditionstræning og her vil svømmeren få kendskab til de 4 vanddiscipliner: Livredning, synkronsvømning, vandpolo og udspring.
Pris: 950 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Familiesvømning (6 mdr.-5 år).

Fre. 7. jan. til fre. 20. maj 2022 17 kursud dage kl. 16.30
Underviser: Jette Rosenfeldt. Familiesvømning for familier med børn mellem 6 mdr. og 5 år På Familiesvømning er undervisningendelt op, så der er noget for alle børn.
Pris: 100 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Øvet svømning (9-14 år).

Fre. 7. jan. til fre. 20. maj 2022 17 kursud dage kl. 16.45
Underviser: Anja Overgaard Lauridsen. Holdet er tilegnet børn der vil fortsætte med at udvikle sit tekniske niveau indenfor svømning. Vi vil træne konditionstræning, have fokus på rigtig og koordineret vejtrækning.
Pris: 950 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Familiesvømning (6 mdr.-5 år).

Fre. 7. jan. til fre. 20. maj 2022 17 kursud dage kl. 17.15
Underviser: Jette Rosenfeldt. Familiesvømning for familier med børn mellem 6 mdr. og 5 år På Familiesvømning er undervisningendelt op, så der er noget for alle børn.
Pris: 100 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Plask og leg (3-5 år).

Fre. 7. jan. til fre. 20. maj 2022 18 kursud dage kl. 16
Underviser: Maiken Andreassen. Bliv tryk i vandet Målet med Plask og Leg er at give børnene tryghed ved at være i vandet uden at have far og mor lige ved hånden.
Pris: 645 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Plask og leg (3-5 år).

Søn. 9. jan. til søn. 12. jun. 2022 16 kursud dage kl. 8.30
Underviser: Bolette Rasmussen. Bliv tryk i vandet Målet med Plask og Leg er at give børnene tryghed ved at være i vandet uden at have far og mor lige ved hånden.
Pris: 605 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Aquarytmik.

Man. 10. jan. til man. 23. maj 2022 17 kursud dage kl. 17
Underviser: Hanne Lund Andersen. Du får gennem læring og erfaring udviklet bevægelsesglæde og forståelse af bevægelse og får større selvtilid. Vi laver øvelser for alle muskelgrupper og vi arbejder med udspændings- og afslapningsøvelser. Hold 221K74.
Pris: 1088 kr.
Sted: Slotssøbadet, Hospitalsgade 16, Kolding.

Træning og bevægelse 55+ /neurotræning M/K.

Man. 10. jan. til man. 30. maj 2022 18 kursud dage kl. 10.25
Underviser: Dany Jensen. Træning 50+ Neurologitræning Om det er ryggen, balancen, alderen eller andet, der giver dig problemer, så er dette træningsholdet for dig.
Pris: 1356 kr.
Sted: Fredericia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Iyengar Yoga (hensyntagende).

Man. 10. jan. til man. 27. jun. 2022 21 kursud dage kl. 15
Underviser: Lotte Dohn Rix.
Pris: 1908 kr.
Sted: Fredericia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Iyengar Yoga Niveau 1+2.

Man. 10. jan. til man. 27. jun. 2022 21 kursud dage kl. 17
Underviser: Lotte Dohn Rix.
Pris: 1908 kr.
Sted: Fredericia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Letøvet/Øvet svømning - langbane midterbassin 9-14 år.

Tir. 11. jan. til tir. 31. maj 2022 19 kursud dage kl. 17.30
Underviser: Anja Overgaard Lauridsen. Holdet er tilegnet børn der vil fortsætte med at udvikle sit tekniske niveau indenfor svømning. Vi vil træne

konditionstræning, have fokus på rigtig og koordineret vejtrækning.
Pris: 1190 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Sjov rytmik.

Tir. 11. jan. til tir. 5. jul. 2022 23 kursud dage kl. 16
Underviser: Susanne Jensen. Vi sidder i rundkreds med en dansesnor, vi synger og klapper til folkemusik. Bevæger kroppen på forskellig vis som vi nu kan. Efterfølgende synger vi snage, lige fra højskolesangbogen, Kim Larsen og de små synger.
Pris: 1564 kr.
Sted: Trindvold, Rytterskolevej 15, Kolding.

Sjov rytmik.

Tir. 11. jan. til tir. 5. jul. 2022 23 kursud dage kl. 16
Underviser: Helle Schmidt Timmermann. Vi sidder i rundkreds med en dansesnor, vi synger og klapper til folkemusik. Bevæger kroppen på forskellig vis som vi nu kan. Efterfølgende synger vi snage, lige fra højskolesangbogen, Kim Larsen og de små synger.
Pris: 1564 kr.
Sted: Trindvold, Rytterskolevej 15, Kolding.

Sjov rytmik.

Tir. 11. jan. til tir. 5. jul. 2022 23 kursud dage kl. 18
Underviser: Susanne Jensen. Vi sidder i rundkreds med en dansesnor, vi synger og klapper til folkemusik. Bevæger kroppen på forskellig vis som vi nu kan. Efterfølgende synger vi snage, lige fra højskolesangbogen, Kim Larsen og de små synger.
Pris: 1564 kr.
Sted: Trindvold, Rytterskolevej 15, Kolding.

Sjov rytmik.

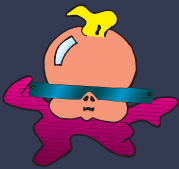
Tir. 11. jan. til tir. 5. jul. 2022 23 kursud dage kl. 18
Underviser: Helle Schmidt Timmermann. Vi sidder i rundkreds med en dansesnor, vi synger og klapper til folkemusik. Bevæger kroppen på forskellig vis som vi nu kan. Efterfølgende synger vi snage, lige fra højskolesangbogen, Kim Larsen og de små synger.
Pris: 1564 kr.
Sted: Trindvold, Rytterskolevej 15, Kolding.

Varmtvandstræning.

Tir. 11. jan. til tir. 20. sep. 2022 21 kursud dage kl. 16
Varmtvandstræning Holdet henvender sig til både mænd og kvinder, der har gigt, dårlig ryg eller andre fysiske lidelser, som hæmmer bevægelsesfriheden.
Pris: 1180 kr.
Sted: Fredericia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Varmtvandstræning.

Tir. 11. jan. til tir. 20. sep. 2022 21 kursud dage kl. 16.45
Skånsom træning i det varme bassin (M+K) Holdet henvender sig til både mænd og kvinder, der har gigt, dårlig ryg eller andre fysiske lidelser, som hæmmer bevægelsesfriheden.
Pris: 1180 kr.
Sted: Fredericia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.



KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

Aquarytmik.

Ons. 12. jan. til ons. 18. maj 2022 17 kursusdage kl. 15.30
Underviser: Hanne Lund Andersen. Du får gennem læring og erfaring udviklet bevægelsesglæde og forståelse af bevægelse og får større selvtillid. Vi laver øvelser for alle muskelgrupper og vi arbejder med udspændings- og afslapningsøvelser. Hold 221K76.
Pris: 1088 kr.
Sted: Marielundskolen, Fynsvej 51, Kolding.

Varmtvandstræning hensynstagende.

Ons. 12. jan. til ons. 24. aug. 2022 21 kursusdage kl. 16.45
Skånsom træning i det varme bassin (M+K) Tilpassede øvelser ved varmtvandsinstruktør Betina Lauth Andersen Holdet henvender sig til både mænd og kvinder, der har gigt, dårlig ryg eller andre fysiske lidelser, som hæmmer bevægelsesfriheden.
Pris: 1171 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Begyndersvømning 7-12 år.

Tor. 13. jan. til tor. 9. jun. 2022 19 kursusdage kl. 17.30
Underviser: Bolette Rasmussen. Svømning og leg På dette hold arbejdes der med at gøre børnene fortrolige med vand gennem svømning og leg. Der sigtes efter, at de tilegner sig de grundlæggende bevægelser med henblik på senere indlæring af de fire stilarter.
Pris: 1020 kr.
Sted: Kirstinebjergskolen, Indre Ringvej, Indre Ringvej 175, Fredericia.

Brug kroppen/ træen hjernen i vand.

Fre. 14. jan. til fre. 20. maj 2022 14 kursusdage kl. 13
Underviser: Anna Margrethe (Trunte) Andersen. Fysisk og psykisk velvære hænger sammen og der arbejdes med begge dele. Der vil være fokus på at lære øvelser der gavner vejtrækning, balance, udholdenhed, kropsbevidsthed og koordination.
Pris: 594 kr.
Sted: Slotssøbadet, Hospitalsgade 16, Kolding.

Brug kroppen/ træen hjernen i vand.

Fre. 14. jan. til fre. 20. maj 2022 14 kursusdage kl. 13
Underviser: Jytte Lundager. Fysisk og psykisk velvære hænger sammen og der arbejdes med begge dele. Der vil være fokus på at lære øvelser der gavner vejtrækning, balance, udholdenhed, kropsbevidsthed og koordination.
Pris: 594 kr.
Sted: Slotssøbadet, Hospitalsgade 16, Kolding.

Brug kroppen/ træen hjernen i vand.

Fre. 14. jan. til fre. 3. jun. 2022 14 kursusdage kl. 13.45
Underviser: Anna Margrethe (Trunte) Andersen. Fysisk og psykisk velvære hænger sammen og der arbejdes med begge dele. Der vil være fokus på at lære øvelser der gavner vejtrækning, balance, udholdenhed, kropsbevidsthed og koordination.
Pris: 594 kr.
Sted: Slotssøbadet, Hospitalsgade 16, Kolding.

Pilates Sædding Fritidscenter (18 gange) kl. 11:00 - 12:00, 17-01-2022 - 23-05-2022.

Man. 17. jan. til man. 23. maj 2022 kl. 11 lgen etablerer vi træning, med vores dygtige instruktør Lena hvor mandag kl. 11:00 - 12:00 på Sædding Fritidscenter. Der er ingen træning i efterårsferien, vinterferien, skoleferier.
Pris: 450 kr.
Sted: Sædding Fritidscenter, Fyrparken 1 F, Esbjerg V.

Kickboxing.

Man. 17. jan. til ons. 22. jun. 2022 19 kursusdage kl. 17.30
Ved instruktør og tidligere verdensmester i kickboxing Tanja Moeslund Roos Kickboxing M/K er alsidig træning, hvor alle kroppens muskler kommer i spil Ved instruktør og tidligere verdensmester i kickboxing Tanja Moeslund Roos Aldersgrænse: 15+ år.
Pris: 1008 kr.
Sted: Fredericia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Hatha/Flow Yoga på Sædding Fritidscenter, tirsdag 18/01/2022 - 24/05/2021 kl. 14:00-15:00 (18 gange).

Tir. 18. jan. til tir. 24. maj 2022 kl. 14
Hatha/Flowyoga er en blid form for yoga, ved at bruge asanas (fysiske stilling), pranayama (åndedrætsstyring) og andre teknikker til at åbne mange energikanaler i kroppen, hvilket skaber balance, fleksibilitet og styrke.
Pris: 450 kr.
Sted: Sædding Fritidscenter, Fyrparken 1 F, Esbjerg V.

Hatha/Flow Yoga på Sædding Fritidscenter, tirsdag 18/01/2022 - 24/05/2021 kl. 15:00-16:00 (18 gange).

Tir. 18. jan. til tir. 24. maj 2022 kl. 15
Hatha/Flowyoga er en blid form for yoga, ved at bruge asanas (fysiske stilling), pranayama (åndedrætsstyring) og andre teknikker til at åbne mange energikanaler i kroppen, hvilket skaber balance, fleksibilitet og styrke.
Pris: 450 kr.
Sted: Sædding Fritidscenter, Fyrparken 1 F, Esbjerg V.

Badminton, 18/01/2022 - 21/06/2022 kl. 20:00 - 21:00 (20 gange).

Tir. 18. jan. til tir. 21. jun. 2022 kl. 20
Vi har ledige baner på Boldesager Skole, hver tirsdag kl. 20:00-21:00 vi starter den 04/01/2022 - 21/06/2022 kl. 21:00 -22:00 (22 gange).
Pris: 200 kr.
Sted: Boldesager Skole Cosmos, Nørrebrogade 100, Esbjerg.

Pilates Gammelby Fritidscenter (12 gange) kl. 12:00 - 13:00, 20-01-2022 - 19-05-2022.

Tor. 20. jan. til tor. 19. maj 2022 kl. 12 lgen etablerer vi træning, med vores dygtige instruktør Lena hvor torsdag kl. 12:00 på Gammelby Fritidscenter. Der er ingen træning i efterårsferien, vinterferien, skoleferier.
Pris: 300 kr.
Sted: Gammelby Fritidscenter, Darumvej 110-112, Esbjerg.

Badminton, 20/01/2022 - 19/06-2022 kl. 19:00 -20:00, kr. 200,00 pr. deltager 20 gange.

Tor. 20. jan. til tor. 23. jun. 2022 kl. 19
Vi har reserveret badminton til jer. Det kræver naturligvis medlemskab af foreningen.
Pris: 200 kr.
Sted: Hjerting Skole Aura, Gl. Guldagervej 53, Esbjerg V.

Varmtvandstræning hensynstagende.

Tor. 20. jan. til tor. 22. sep. 2022 18 kursusdage kl. 11.30
Underviser: Thomas Hansen. Skånsom træning i det varme bassin (M+K) Holdet henvender sig til både mænd og kvinder, der har gigt, dårlig ryg eller andre fysiske lidelser, som hæmmer bevægelsesfriheden.
Pris: 1230 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Badminton, 21/01/2022 - 17/06/2022 kl. 20:00 -21:00 (17 gange).

Fre. 21. jan. 2022 til lør. 17. jun. 2023 kl. 20
Fredag 21/01/2022 - 17/06/2022 kl. 21:00 -22:00 (17 gange).
Pris: 200 kr.
Sted: Boldesager Skole Cosmos, Nørrebrogade 100, Esbjerg.

Puls & Styrke, 18 gange mandag kl. 17:00 - 18:00 den 31/01 - 06/06/2022, Sædding Fritidscenter.

Man. 31. jan. til man. 6. jun. 2022 kl. 17
Styrke Udholdenhed Effektiv træning af hele kroppen.
Pris: 450 kr.
Sted: Petanquebanerne ved Esehøuset, Fyrparken 17, Esbjerg V.

Varmtvandstræning hensynstagende.

Man. 31. jan. til man. 15. aug. 2022 16 kursusdage kl. 10
Skånsom træning i det varme bassin (M+K) Holdet henvender sig til både mænd og kvinder, der har gigt, dårlig ryg eller andre fysiske lidelser, som hæmmer bevægelsesfriheden.
Pris: 935 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Varmtvandstræning hensynstagende.

Man. 31. jan. til man. 15. aug. 2022 16 kursusdage kl. 9.15
Skånsom træning i det varme bassin (M+K) Holdet henvender sig til både mænd og kvinder, der har gigt, dårlig ryg eller andre fysiske lidelser, som hæmmer bevægelsesfriheden.
Pris: 935 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Begyndersvømning m. 1 forældre - særlige behov.

Ons. 2. feb. til ons. 25. maj 2022 15 kursusdage kl. 16.30
Underviser: Trine Clemens Skov. På dette hold vil der arbejdes med, at gøre børnene fortrolige med vand gennem leg og svømning. Der arbejdes med, at børnene tilegner sig de grundlæggende bevægelser med henblik på senere indlæring af de fire stilarter.
Pris: 644 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Begyndersvømning m. 1 forældre (5-8 år).

Ons. 2. feb. til ons. 25. maj 2022 15 kursusdage kl. 17
Underviser: Trine Clemens Skov. Svømning og leg På disse hold vil der arbejdes videre med at gøre børnene fortrolige med vand gennem svømning og leg.
Pris: 644 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

AquaYoga, særlig hensyn.

Ons. 2. feb. til ons. 31. aug. 2022 18 kursusdage kl. 18.30
Underviser: Dorte Rørmann Olsen. AquaYoga Yoga i vand er yderst skånsomt, så alle kan deltage Aqua Yoga er godt for både krop og sind. Det kan blødgøre spændte og belastede områder og egner sig til alle, der har lyst til at lave selv ekstra opmærksomhed.
Pris: 1486 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Bliv Frivillig Og En Naturlig Del Af Fuglelund Naturcenter.

Tor. 3. feb. til lør. 31. dec. 2022 kl. 09
Fuglelund Naturcenter vokser og vi har derfor brug for frivillige til at give en hånd med - vi håber at du er en af dem. Opgaver kan være hjælp til at være med til at lave sjove og lærerige naturaktiviteter for børn og familier.
Pris: 200 kr.
Sted: Fuglelund Naturcenter, Dybvighoved Møllevvej 101, Aabenraa.

Badminton, 16/01/2022 - 19/06-2022 kl. 17:00 -18:00, kr. 170,00 pr. deltager 14 gange.

Søn. 6. feb. til søn. 19. jun. 2022 kl. 16
Vi har reserveret badminton til jer. Det kræver naturligvis medlemskab af foreningen.
Pris: 170 kr.
Sted: Boldesager Skole Cosmos, Nørrebrogade 100, Esbjerg.

Varmtvandstræning hensynstagende.

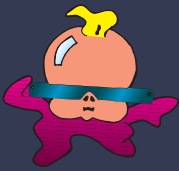
Man. 7. feb. til man. 20. jun. 2022 15 kursusdage kl. 19
Underviser: Nanna Urhøj. Skånsom træning i det varme bassin (M+K) Holdet henvender sig til både mænd og kvinder, der har gigt, dårlig ryg eller andre fysiske lidelser, som hæmmer bevægelsesfriheden.
Pris: 935 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Guidet tur: Verdensarv i særklasse.

Tir. 8. feb. til fre. 23. dec. 2022 Flere tidspunkter, se tekst
Kom med guide rundt i Christiansfeld og oplev UNESCO-byen.
Pris: 80 kr for voksne, børn under 18 år er gratis.
Sted: Søstrehuset, Nørregade 14, Christiansfeld.

Varmtvandstræning hensynstagende.

Fre. 11. feb. til fre. 26. aug. 2022 18 kursusdage kl. 11.30
Varmtvandstræning (M+K) Holdet henvender sig til både mænd og kvinder, der har gigt, dårlig ryg eller andre fysiske lidelser, som hæmmer bevægelsesfriheden.
Pris: 1094 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.



KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

Det kreative rum.

Lør. 12. feb. til lør. 4. jun. 2022 5 kursud dage kl. 13

Underviser: Annette Rasmussen. Vi tilbyder læring i kreative ting. Det rummer sang, bevægelse og forskellige kreative aktiviteter f.eks. tegning, mønstre med perler osv. Du vil få mulighed for, at få det du laver med hjem.

Pris: 680 kr.

Sted: Trindvold, Rytterskolevej 15, Kolding.

Det kreative rum.

Lør. 12. feb. til lør. 4. jun. 2022 5 kursud dage kl. 13

Underviser: Michael Tøffner Petersen. Vi tilbyder læring i kreative ting. Det rummer sang, bevægelse og forskellige kreative aktiviteter f.eks. tegning, mønstre med perler osv. Du vil få mulighed for, at få det du laver med hjem.

Pris: 680 kr.

Sted: Trindvold, Rytterskolevej 15, Kolding.

Guidet tur: Fra istid til nutid.

Lør. 12. feb. til fre. 23. dec. 2022 Flere tidspunkter, se tekst

Oplev det smukke historiske område omkring Højskamlung og få fortællingen om Skamlingsbankens vigtige plads i Danmarkshistorien.

Pris: 80 kr for voksne, børn under 18 år er gratis.

Sted: Skamlingsbanken | Museum Kolding, Skamlingsvej 125, Sjølund.

Vise-Venner, kor søger sangere.

Man. 14. feb. til man. 20. jun. 2022 kl. 10

Vise-venner er et senior kor i Aabenraa, der søger efter nye sangere (mænd/kvinder). Der vil være en kort sangprøve. Så hvis det var noget for dig, så synger vi hver mandag kl. 10.00 - 11.30, i Kirsebærhavens lokaler, Aabenraa.

Pris: 250 for medlemskab.

Sted: Kirsebærhaven, Kallemosen 58, Aabenraa.

Varmt vandstræning hensynstagede.

Fre. 25. feb. til fre. 26. aug. 2022 17 kursud dage kl. 10.35

Skånsom træning i det varme bassin (M+K) Holdet henvender sig til både mænd og kvinder, der har gigt, dårlig ryg eller andre fysiske lidelser, som hæmmer bevægelsesfriheden.

Pris: 1053 kr.

Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Varmt vandstræning hensynstagede.

Fre. 25. feb. til fre. 2. sep. 2022 18 kursud dage kl. 12.15

Skånsom træning i det varme bassin (M+K) Holdet henvender sig til både mænd og kvinder, der har gigt, dårlig ryg eller andre fysiske lidelser, som hæmmer bevægelsesfriheden.

Pris: 1112 kr.

Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Kantmaskerne i syd.

Man. 28. feb. til lør. 31. dec. 2022 Når man har tid og lyst

Vi søger flere strikkere. Kan du strikke strømper og luffer eller andet, så kan du få garn udleveret til at strikke af, til socialt udsatte i Haderslev / Sønderjylland.

Gratis.

Sted: Frivilligcenter Haderslev, Storegade 80, Haderslev.

Varmt vandstræning m. musik.

Ons. 2. mar. til ons. 1. jun. 2022 13 kursud dage kl. 18.25

Underviser: Rikke Snediker. Varmt vandstræning, Skånsom træning, vandet er din bedste træningsmakker. Få pulsen op og styrk dine muskler og din smidighed i vand. I vandet kan du træne optimalt, uanset din alder, størrelse eller evt. fysiske skavanker.

Pris: 1090 kr.

Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

De 5 Rytmer® i Vejle - åben aften hver fredag kl. 18.30 - 20.45.

Fre. 4. mar. til fre. 16. dec. 2022 kl. 18.30-20.45

Kort introduktion til nye kl. 18.15 Ingen tilmelding, ingen bindinger, bare kom som du er! Se mere www.5rytmer.dk eller FB gruppe:

<https://www.facebook.com/groups/138358019661513>.

Pris: 150 kr.

Sted: De 5 Rytmer i Vejle, Horsensvej 72 D, 1, Vejle.

Keramik.

Ons. 9. mar. til ons. 18. maj 2022 10 kursud dage kl. 17

Underviser: Tina Duus Rasmussen. På kurset lærer du de grundlæggende teknikker til keramisk formgivning. Du kan prøve at dreje på drejeskive, fremstille dine egne skønne kopper, skåle, æsker, fade og små skulpturer.

Pris: 1100 kr.

Sted: Præstegårdsskolen 18, Esbjerg.

Hatha Yoga (hensynstagede).

Fre. 11. mar. til tir. 3. jun. 2022 10 kursud dage kl. 10

Underviser: Ann-Sofie Holme Hansen. Blid Yoga Alle kroppe og sind er velkomne. Det foregår i et roligt og blidt tempo med fokus på hver enkelt.

Pris: 1060 kr.

Sted: Fredericia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Fanø Blokart - Blokart udlejning til strandsejls på Rindby strand.

Fre. 18. mar. til tir. 1. nov. 2022 kl. 10 Billigste priser på Blokart udlejning - Kr. 325/time.

Pris: 325 kr.

Sted: Fanø Blokart, Rindby strand, Fanø.

Varmt vandstræning hensynstagede.

Man. 21. mar. til man. 12. sep. 2022 15 kursud dage kl. 11.30

Skånsom træning i det varme bassin (M+K) Holdet henvender sig til både mænd og kvinder, der har gigt, dårlig ryg eller andre fysiske lidelser, som hæmmer bevægelsesfriheden.

Pris: 900 kr.

Sted: Fredericia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Aux vélos, Sydjylland! - Fælles landart projekt for Syd- og Sønderjylland.

Ons. 23. mar. til søn. 3. jul. 2022 kl. 23.59

Vær med til at lave det længste land art til årets Tour - fra Vejle til Sønderborg. Sammen sætter vi fokus på cykling,

samarbejde, kreativitet + Syd- og Sønderjylland.

Gratis.

Sted: Vejle, Kolding, Haderslev, Aabenraa, Sønderborg kommuner, Nørregade 4, Christiansfeld.

Varmt vandstræning hensynstagede.

Ons. 23. mar. til ons. 21. sep. 2022 20 kursud dage kl. 12

Skånsom træning i det varme bassin (M+K) Holdet henvender sig til både mænd og kvinder, der har gigt, dårlig ryg eller andre fysiske lidelser, som hæmmer bevægelsesfriheden.

Pris: 1200 kr.

Sted: Fredericia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Skærup Zoo.

Lør. 26. mar. til søn. 13. nov. 2022

I Skærup Zoo kan du opleve 100 forskellige dyrearter. Du kommer tæt på legesyge aber, farlige rovdyr og søde dyrebørn. På legepladsen kan børnene møde sig eller de kan kæle med de søde klappedyr.

Pris: 70-140 kr.

Sted: Skærup Zoo, Søndermarksvej 102, Skærup, Børkop.

AquaMama - Førfødselstræning i vand.

Man. 28. mar. til man. 30. maj 2022 8 kursud dage kl. 19.45

Underviser: Nanna Urhøj.

Førfødselstræning i vand - for gravide Gennemgår du en graviditet uden de store gener, er dette holdet for dig.

Pris: 690 kr.

Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Gåture sansetest.

Man. 28. mar. til lør. 31. dec. 2022 kl. 15 GRATIS, sjov-sanseTEST i hold ad

HJERTESTIEN fra Rådhuset og ud langs HADERSLEV FJORD og retur til købt kaffe etc. på et Rart Sted at Være den sidste mandag i måneden kl. 15 for alle - også for JER med hjul:).

Gratis.

Sted: Haderslev Rådhus, Christian X's Vej 39, Haderslev.

Babysvømning, 7 gange (5 uger - 5 mdr.).

Fre. 1. apr. til fre. 20. maj 2022 6 kursud dage kl. 16

Babysvømning Giv dit barn en god start efter fødslen ved at deltage i babysvømning. Ved babysvøm- og svømmeinstruktør Jette Rosenfeldt Aquabevægelse er leg i vand mellem barn og forældre, som sammen med afspændingskaber tryghed og udvikling.

Pris: 100 kr.

Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Floorball.

Man. 4. apr. til man. 20. jun. 2022 9 kursud dage kl. 19

Floorball Boldspil og motion på sjov og hyggelig vis. Underviser Alexander Østergaard Er man til sved på panden og holdsport, er floorball et godt et god bud på en sport, man kan gå til på motionsplan i fritiden.

Pris: 653 kr.

Sted: Fredericia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Motion i naturen -sommertræning.

Tir. 5. apr. til tir. 24. maj 2022 kl. 16 Er du frisk og kan lide at være ude i naturen, har vi holdet til dig. Træning af vores balance er grundelementet i træningen. Vi bruger naturens remedier så som sten, grene og andet spændende, som vi inddrager til træning af vores balance.

Pris: 200 kr.

Sted: Vejle Idrætskole, Ørnebjergvej 28, Vejle.

Småbørnssvømning (5 mdr. 3 år).

Tir. 5. apr. til tir. 31. maj 2022 8 kursud dage kl. 10.30

Underviser: Trine Clemens Skov.

Pris: 100 kr.

Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Babysvømning (5 uger - 5 mdr.).

Tir. 5. apr. til tir. 31. maj 2022 8 kursud dage kl. 11.30

Underviser: Trine Clemens Skov. Babysvømning Giv dit barn en god start efter fødslen ved at deltage i babysvømning.

Pris: 100 kr.

Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Babysvømning (3 - 5 mdr.).

Tir. 5. apr. til tir. 31. maj 2022 8 kursud dage kl. 12

Underviser: Trine Clemens Skov.

Babysvømning Giv dit barn en god start efter fødslen ved at deltage i babysvømning.

Pris: 100 kr.

Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Osteoporose-hold.

Tir. 19. apr. til tir. 21. jun. 2022 9 kursud dage kl. 17.10

Skræddersyet træning som behandling Ved fysioterapeut Bente Henriksen Holdet byder på højintensitetstræning for mænd og kvinder, der har fået konstateret osteoporose Holdet er for alle, der har fået konstateret osteoporose.

Pris: 480 kr.

Sted: Fredericia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Parasvømning for børn (4 - 9 år).

Tor. 21. apr. til tor. 23. jun. 2022 9 kursud dage kl. 14.45

Underviser: Anne Elizabeth Sørensen. Parasvømning Parasvømning er svømning for børn med behov med 1 forælder i vandet, med særlig tilrettelagt undervisning.

Pris: 25 kr.

Sted: Fredericiaskolen, Merkurvænget 2, Fredericia.

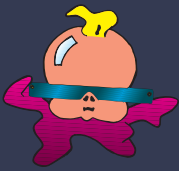
Parasvømning for børn (10-15 år).

Tor. 21. apr. til tor. 23. jun. 2022 9 kursud dage kl. 15.25

Underviser: Anne Elizabeth Sørensen. Parasvømning Parasvømning er svømning for børn med behov med 1 forælder i vandet, med særlig tilrettelagt undervisning.

Pris: 25 kr.

Sted: Fredericiaskolen, Merkurvænget 2, Fredericia.



KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

Åndedræt.

Fre. 22. apr. til fre. 20. maj 2022 4 kursud dage kl. 10.50
Du vil lære at trække vejret bedre. Du lærer øvelser og teknikker, som du kan arbejde videre med derhjemme. Vi arbejder med det naturlige åndedræt og optimering af dette som et centralt element.
Pris: 285 kr.
Sted: Træningssalen Jerne Sundhedshus, Jagtvej 47, Esbjerg Ø.

Vejle kammeraterne Sandkassefodbold.

Søn. 24. apr. til søn. 26. jun. 2022 10:00-11.00
Sandkassefodbold er for piger og drenge på ca 3-5 år Sandkassefodbold er ikke fodbold som vi kender det fra TV mm. F.eks. findes der ikke nogen turnering for børn under 6 år.
Pris: 100 kr.
Sted: Søndre Stadion, Bakkedraget 10, Vejle.

Barnevogncross mor/barn.

Man. 25. apr. til man. 30. maj 2022 6 kursud dage kl. 14
Underviser: Dany Jensen.
Barnevogncross - træning for nybagte mødre - i naturen - med barnevognen Barnevogncross er efterfødselstræning udenørs, hvor baby er med på turog hvor barnevognen bruges som træningsredskab.
Pris: 25 kr.
Sted: Frederia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Vejle Kammeraterne U9 pigefodbold.

Man. 25. apr. til man. 20. jun. 2022 16:00-17.00
Du kan læse mere her: <https://www.vejle-kammeraterne.dk/ungdom/u9-piger/>.
Pris: 500 kr halvårlig.
Sted: Søndre Stadion, Bakkedraget 10, Vejle.

Vejle kammeraterne U7 fodbold drenge og piger.

Man. 25. apr. til ons. 22. jun. 2022 17:00-18.00
Se mere på: <https://www.vejle-kammeraterne.dk/ungdom/u7-drenge-piger/>.
Pris: 450 kr halvårlig.
Sted: Søndre Stadion, Bakkedraget 10, Vejle.

Vejle kammeraterne U6 fodbold drenge/piger.

Man. 25. apr. til ons. 22. jun. 2022 17:00-18.00
Læs mere på: <https://www.vejle-kammeraterne.dk/ungdom/u6-drenge-piger/>.
Pris: 450 kr halvårlig.
Sted: Søndre Stadion, Bakkedraget 10, Vejle.

Vejle Kammeraterne U8 fodbold.

Man. 25. apr. til ons. 22. jun. 2022 17:00-18.00
Se mere på: <https://www.vejle-kammeraterne.dk/ungdom/u8-drenge-piger/>.
Pris: 500 kr halvårlig.
Sted: Søndre Stadion, Bakkedraget 10, Vejle.

Vejle kammeraterne U9 fodbold.

Man. 25. apr. til ons. 22. jun. 2022 17:00-18.00
Læs mere på: <https://www.vejle-kammeraterne.dk/ungdom/u9-drenge-piger/>.
Pris: 500 kr halvårlig.
Sted: Søndre Stadion, Bakkedraget 10, Vejle.

Vejle kammeraterne U10 fodbold.

Man. 25. apr. til ons. 22. jun. 2022 17:00-18.00
Læs mere på: <https://www.vejle-kammeraterne.dk/ungdom/u10-drenge-piger/>.
Pris: 550 kr halvårlig.
Sted: Søndre Stadion, Bakkedraget 10, Vejle.

Vejle Kammeraterne u11 fodbold.

Tir. 26. apr. til tor. 23. jun. 2022 17.00-18.00
Læs mere på: <https://www.vejle-kammeraterne.dk/ungdom/u11-drenge-piger/>.
Pris: 550 kr halvårlig.
Sted: Søndre Stadion, Bakkedraget 10, Vejle.

Vejle kammeraterne U12 fodbold.

Tir. 26. apr. til tor. 23. jun. 2022 17.00-18.30
Læs mere på: <https://www.vejle-kammeraterne.dk/ungdom/u12-drenge/>.
Pris: 550 kr halvårlig.
Sted: Søndre Stadion, Bakkedraget 10, Vejle.

Vejle kammeraterne u14 fodbold.

Tir. 26. apr. til tor. 23. jun. 2022 17.00-18.30
Se mere på: <https://www.vejle-kammeraterne.dk/ungdom/u14-drenge/>.
Pris: 600 kr halvårlig.
Sted: Søndre Stadion, Bakkedraget 10, Vejle.

Vejle kammeraterne u13 fodbold.

Tir. 26. apr. til tor. 23. jun. 2022 17:00-18.30
Læs mere på: <https://www.vejle-kammeraterne.dk/ungdom/u13-drenge/>.
Pris: 550 kr halvårlig.
Sted: Søndre Stadion, Bakkedraget 10, Vejle.

Vejle Kammeraterne U16 fodbold.

Tir. 26. apr. til tor. 23. jun. 2022 18.30-19.00
Man kan læse mere på: <https://www.vejle-kammeraterne.dk/ungdom/u16-drenge/>.
Pris: 650 kr pr. halvår.
Sted: Søndre Stadion, Bakkedraget 10, Vejle.

Vejle Kammeraterne U15 fodbold.

Tir. 26. apr. til tor. 23. jun. 2022 18.30-19.00
Se mere på: <https://www.vejle-kammeraterne.dk/ungdom/u15-drenge/>.
Pris: 600 kr halvårlig.
Sted: Søndre Stadion, Bakkedraget 10, Vejle.

AquaMama - Aqua Yoga.

Ons. 27. apr. til ons. 8. jun. 2022 7 kursud dage kl. 16
Underviser: Dorte Rørmann Olsen. Yoga i vand: Skånsomt og ideelt for gravide Træning i vand er ideel, når du er gravid, fordi vandet letter belastningen, så du kan bevæge dig ubesværet.
Pris: 470 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

AquaMama med graviditetsgener.

Ons. 27. apr. til ons. 15. jun. 2022 8 kursud dage kl. 12.45
Underviser: Eva Noe Sørensen. Førfødselstræning i vand i vand -for gravide med gener Træningen er skånsom og fokuserer primært på aflastning, afspænding og lindring. Træning i vand er ideel, når du er gravid.
Pris: 480 kr.
Sted: Frederia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Hjernegymnastik, brætspil og hygge [60+].

Ons. 27. apr. til ons. 15. jun. 2022 kl. 09.30-12
Vær med til nogle hyggelige timer, hvor hjernen og kroppen får sjove og nye udfordringer.
Pris: Hele forløbet (otte gange): 240 Tilmelding nødvendig.
Sted: Aabenraa Bibliotek, Haderslevvej 3, Aabenraa.

Osteoporose-hold.

Tor. 28. apr. til tor. 30. jun. 2022 8 kursud dage kl. 13.10
Skræddersyet træning som behandling Ved fysioterapeut Bente Henriksen Holdet byder på højintensitetstræning for mænd og kvinder, der har fået konstateret osteoporose Holdet er for alle, der har fået konstateret osteoporose.
Pris: 480 kr.
Sted: Frederia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Osteoporose-hold.

Tor. 28. apr. til tor. 30. jun. 2022 8 kursud dage kl. 14
Skræddersyet træning som behandling Ved fysioterapeut Bente Henriksen Holdet byder på højintensitetstræning for mænd og kvinder, der har fået konstateret osteoporose Holdet er for alle, der har fået konstateret osteoporose.
Pris: 480 kr.
Sted: Frederia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Bliv månedens verdenshelt.

Søn. 1. til tir. 31. maj 2022
Ved at udføre en mission for at redde verden.
Gratis.
Sted: Christiansfeld Bibliotek, Gl. Kongevej 3, Christiansfeld.

"Land og by" på Active Floor.

Søn. 1. til tir. 31. maj 2022
Vi lægger hver måned nye spil på med et nyt tema hver måned, i 2022 vil mange af temaerne være inspireret af Verdensmålene.
Gratis.
Sted: Kolding Bibliotek, Slotssøvejen 4, Kolding.

Sansemotorik og sang (0-12 mdr.).

Tir. 3. maj til tir. 14. jun. 2022 7 kursud dage kl. 16
Sansemotorik/børnemotorik og sang, byg ovenpå barnets udvikling. Vedidrætslærer og motorikvejleder Tabita Radoor Jensen For børn fra mdr. ca. 12 mdr., der endnu ikke kan gå.
Pris: 420 kr.
Sted: Frederia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Nydam Tveir - på vandet.

Tir. 3. maj til tir. 27. sep. 2022 kl. 18.30
I sommerhalvåret kan du opleve Nydam Tveir ude på vandet. Fra maj til september, tages den tirsdag aften ud på en rotur på Als Sund af bådelaugets medlemmer. Dette foregår dog kun når vejret tillader det.
Sted: Nydambåden, Sottrupskov 36 A, Sønderborg.

Bankospil i Givskud Forsamlingshus.

Ons. 4. maj til ons. 21. dec. 2022 kl. 19.30-22
Banko i Givskud Forsamlingshus hver onsdag 19.30. Dørene åbnes kl. 18.30. Kontaktperson Irene Olsen 2360 6208. Vel Mødt. Der kan købes sodavand og snackbar. Drikkevarer m.m. skal købes i Forsamlingshuset.
Pris: 20 medlemskort + kort.
Sted: Givskud Forsamlingshus, Vejlevej 71, Givskud, Give.

Godmorgen Vejen.

Tor. 5. til tor. 26. maj 2022 09:00-11.30
Borgercafe Netværk Socialt samvær Dagens avis Kaffe/the.
Gratis.
Sted: Huset - frivilligcenter Vejen, Østergade 2, Vejen.

Eftermiddagscafe.

Tor. 5. til tir. 31. maj 2022 14:00-16.30
Borgercafe Socialt samvær Netværk Dagens avis Her er både mulighed, for at slappe af og være aktiv Her kan man dele stort og småt.
Gratis.
Sted: Huset - frivilligcenter Vejen, Østergade 2, Vejen.

Babysvømning (5 uger - 4 mdr.).

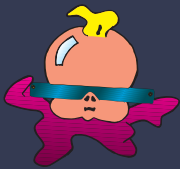
Man. 9. maj til man. 13. jun. 2022 5 kursud dage kl. 17
Underviser: Dany Jensen.
Babysvømning Giv dit barn en god start efter fødslen med Babysvømning Sammen med afspændingskaber aquabevægelsestræning og udvikling.
Pris: 100 kr.
Sted: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

Borgercafe.

Tir. 10. til tir. 31. maj 2022 09:00-11.30
Borger cafe Dagens avis Netværk Socialt samvær Kaffe/The .
Gratis.
Sted: Huset - frivilligcenter Vejen, Østergade 2, Vejen.

Superhelt Geo Grøn.

Tir. 10. maj til man. 31. okt. 2022 10.00-16.00
Du skal igennem alle Økologiets udstillinger og løse mystiske gåder, finde skjulte tegninger, kæmpe dig gennem en kloak med rotter og have ægte superheltemod til at komme helt ind i en hjerne med græshopper for at kunne løse missionen og redde jordkloden.
Pris: 65 kr.



Sted: Økolariet, Dæmningen 11, Vejle.

Drejekursus - 3 onsdage i maj.

Ons. 11. til ons. 25. maj 2022 kl.

19-21.30

På dette kursus vil du blive klogere på ler og drejeskive. Vi øver at ælte luft ud af leret, centrere på drejeskiven og arbejder med optræk og formgivning.

Pris: 785 inkl. materialer.

Sted: Håndværkeriet, kulturhuset Bispen, Bispebroen 3, Haderslev.

Tegnekonkurrence - spred gul cykelfest.

Ons. 11. maj til man. 27. jun. 2022 kl.

10-21

Tegn din fedeste cykeloplevelse.

Gratis.

Sted: Haderslev Bibliotekerne, Bispebroen 3, Haderslev.

Højskolekursus: Bridge på Askov.

Søn. 15. til lør. 21. maj 2022 kl. 15

Fordyb dig i bridge sammen med andre bridgeinteresserede og bliv en endnu bedre bridgespiller, når nogle af landets dygtigste instruktører underviser på kurset "Bridge på Askov".

Pris: 5150 kr.

Sted: Askov Højskole, Maltvej 1, Vejen.

Ord til eftertanke.

Søn. 15. til lør. 21. maj 2022 kl. 23.59

Hør Guds ord på tf.nr. 70 300 150 /

www.netandagen.dk i uge 20 v/

sognepræst Jakob From Søvnald,

Buddinge.

Gratis.

Sted: Indre Mission i Danmark, Korskærvej 25, Fredericia.

Luksus travereferie Bornholm 16. 22. maj 2022 (7 dage) fra kr. 3773,00 med all inklusive ophold.

Man. 16. til søn. 22. maj 2022 kl. 08.20

Bornholms klippenatur Gode udflugter med lokal guide Hotel Abildgaard - god mad og flot beliggenhed Gratis eftermiddagskaffe Drikkevarer ad libitum til maden Dejlige, stor hotelværelser.

Pris: 5695 kr.

Sted: Billund Lufthavn, Passagerterminalen 10, Billund.

Stimulastik (6-12 mdr.).

Man. 16. maj til man. 13. jun. 2022 4

kursusdage kl. 12.40

Stimulastik er bevægelse og afspænding for forældre og barn Stimulastik er et ergoterapeutisk koncept som handler om stimulation og gymnastik for spædbørn på 0-12 mdr. og må kun udføres og undervises af ergoterapeuter.

Pris: 50 kr.

Sted: Frederia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Stimulastik (3-6 mdr.).

Man. 16. maj til man. 13. jun. 2022 4

kursusdage kl. 9.30

Stimulastik er bevægelse og afspænding for forældre og barn Stimulastik er et ergoterapeutisk koncept som handler om stimulation og gymnastik for spædbørn på 0-12 mdr. og må kun udføres og undervises af ergoterapeuter.

Pris: 50 kr.

Sted: Frederia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.