



IDRÆT
FOR SINDET

IDRÆTSFESTIVAL
FOR SINDET 2025

PROGRAM

SVØMMEAKTIVITETER

Alle svømmeaktiviteter er med hjælp fra



SOCIALPÆDAGOGERNE



Svømmeaktiviteter 2025

Se også www.idrætsfestival.dk

Tirsdag den 1. juli 2025

KL.	Aktivitet	Sted	Deltagere
17.15-17.50	Aqua Fitness Træning med redskaber i vandet til musik, med god puls og fokus på udholdenhed, balance og bevægelighed.	Poolen	Interessererede
17.55-18.30	Åben leg for alle Vi har nogle bolde i vandet og der er "fri leg"	Poolen	Interessererede

Onsdag den 2. juli 2025

KL.	Aktivitet	Sted	Deltagere
07.00-07.30	Kom og svøm Har du brug for tilretning og hjælp til svømmestil, eller vil du bare svømme, så kom.	Poolen	Interessererede
07.30-08.00	Aqua Fitness Træning med redskaber i vandet til musik, med god puls og fokus på udholdenhed, balance og bevægelighed.	Poolen	Interessererede
13.00-13.30	Aqua Fitness Træning med redskaber i vandet til musik, med god puls og fokus på udholdenhed, balance og bevægelighed.	Poolen	Interessererede
13.30-14.00	Åben leg for alle Vi har nogle bolde i vandet og der er "fri leg".	Poolen	Interessererede

Torsdag den 3. juli 2025

KL.	Aktivitet	Sted	Deltagere
07.00-07.30	Kom og svøm Har du brug for tilretning og hjælp til svømmestil, eller vil du bare svømme, så kom.	Poolen	Interessererede
07.30-08.00	Aqua Fitness Træning med redskaber i vandet til musik, med god puls og fokus på udholdenhed, balance og bevægelighed.	Poolen	Interessererede

Følg os på



Idrætsfestival for Sindet