



PROGRAM FOR DELTAGERE

POUL DUE JENSEN GRUNDFOS
FOUNDATION

Svømmeaktiviteter 2026

Se også www.idraetsfestival.dk

Tirsdag den 30. juni 2026

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.	Svømmesø	Interesserede
17.55-18.30	Åben leg for alle Vi har nogle bolde i vandet og der er "fri leg"	Svømmesø	Interesserede

Onsdag den 1. juli 2026

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.	Svømmesø	Interesserede
07.30-08.00	Aqua Fitness Træning med redskaber i vandet til musik, med god puls og fokus på udholdenhed, balance og bevægelighed.	Svømmesø	Interesserede
16.00-16.30	Aqua Fitness Træning med redskaber i vandet til musik, med god puls og fokus på udholdenhed, balance og bevægelighed.	Svømmesø	Interesserede
16.30-17.00	Åben leg for alle Vi har nogle bolde i vandet og der er "fri leg".	Svømmesø	Interesserede

Torsdag den 2. juli 2026

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.	Svømmesø	Interesserede
07.30-08.00	Aqua Fitness Træning med redskaber i vandet til musik, med god puls og fokus på udholdenhed, balance og bevægelighed.	Svømmesø	Interesserede



Følg os på

idrætsfestival for Sindet