



# Aktivitetsprogram for IFS (Idræt for psykisk sårbare) 2024/2025



Aflysninger kan forekomme. Tjek nyheder, arrangementer og aflysninger på [www.iidvejle.dk](http://www.iidvejle.dk)  
Du kan tilmelde dig SMS-service og nyhedsmail, så du altid er opdateret på evt. ændringer


Opdateret 2. juli

Mandag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
Træningscenter og cirkeltræning	DGI-huset, hal 1 - Balkonen	Hele året	12.30 – 14.00	(Cirkeltræning 12.45-13.30)

Tirsdag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
Svømning og vandgymnastik 	DGI-huset, Svømmehallen	August – juni	11.30 – 12.30	Indgang fra kl. 11.10 – 11.40 Husk 20 kr. til skabet

Onsdag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
Fodbold – En del af Ombold	DGI-huset	August – juni	10.00 – 11.30	Sammen med IFA
Volleyball	DGI-huset	September - juni	10.00 – 11.30	Sammen med IFA
Hensyntagende yoga og mindfulness	Yogalokalet, DGI-huset	August - juni	10.00-11.00	Kun i ulige uger
Brætpilscafé	Kantinen v/kontoret i sundhedshuset	August - juni	13.00 – 15.00	Kun i lige uger

Torsdag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
Floorball	DGI-huset, hal 3	August – juni	10.00 – 11.00	Sammen med IFA
Gåture	Se plan på bagsiden	August – juni	12.00 – ca.13.00	Gratis for alle
Fitnessboksning	Bokseklubben Wedala, Spinderihallerne	August – juni	13.00 – 14.00	

Fredag				
Aktivitet	Sted	Sæson	Tidspunkt	Bemærkning
Træningscenter	DGI-huset, hal 1 - Balkonen 	August – juni	11.00 – 12.30	



## Idræt i dagtimerne

Sundhedshus Vejle – Vestre Engvej 51 F – 7100 Vejle – Tlf. 7572 0511 – Mobil 2045 0511  
Kontortid: 10-12 – Torsdag kl. 9-13 – Email: [info@iidvejle.dk](mailto:info@iidvejle.dk) – [www.iidvejle.dk](http://www.iidvejle.dk)  
<https://www.facebook.com/veileifs>



## Gåture 3. kvartal 2024

Turene er åbne for alle borgere i Vejle Kommune

**ALLE ture starter torsdag kl. 12.00**

Dato	Mødested	Guide
1/8	Nørretorv ved springvandet	Søren
8/8	Nørre Bygade v. Klippehjørnet, Grejs	Bente
15/8	Indgangen til Søndermarkshallen	Rasmus
22/8	Gl. Hornstrupvej 9 ved baneoverskæringen	Sofie
29/8	Nørre Bygade v. Klippehjørnet, Grejs	Bente
5/9	Nørretorv ved springvandet	Søren
12/9	DGI-huset, Indgang nord	Thomas
19/9	Indgangen til Søndermarkshallen	Rasmus
26/9	P-pladsen på hjørnet af Kirkebyvej og Store grundetvej	Sofie

Du kan finde andre gåfællesskaber via [www.iidvejle.dk](http://www.iidvejle.dk).



## Idræt i dagtimerne

Sundhedshus Vejle – Vestre Engvej 51 F – 7100 Vejle – Tlf. 7572 0511 – Mobil 2045 0511  
Kontortid: 10-12 – Torsdag kl. 9-13 – Email: [info@iidvejle.dk](mailto:info@iidvejle.dk) – [www.iidvejle.dk](http://www.iidvejle.dk)  
<https://www.facebook.com/veileifs>