

HØST IF indendørstider 2023/2024
HØST Hallen + HØST Aktivitetssal

MANDAG

Tidspunkt	Aktivitetssal	Bane 1/ gymsal	Bane 2/ gymsal	Bane 3/ halv hal	Bane 4/ halv hal	Bane 5/ halv hal
15.00-16.00		Ældreidræt 15.00 – 17.00				
16.00-17.00						
17.00-18.00	Ju Jitsu Grappling & MMA 17.00 - 19.00	Badminton		Spillopper 5 – 6 år 17.00 - 18.15		
18.00-19.00		Badminton				
19.00-20.00		Badminton		Zumba 18.45 - 20.00		
20.00-21.00		Floorball 20.00 – 22.00				
21.00-22.00						

TIRSDAG

Tidspunkt	Aktivitetssal	Bane 1/gymsal	Bane 2/ gymsal	Bane 3/ halv hal	Bane 4/ halv hal	Bane 5/ halv hal
15.00-16.00						
16.00-17.00		Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton
17.00-18.00	Ju Jitsu 6-10 år 17.00 – 18.00	Krudtugler 3 – 4 år 17.00 – 18.00				
18.00-19.00	Ju Jitsu ung. + senior 18.00– 19.15	Bordtennis ungdom 18.00 – 19.00			Badminton 18.15 – 19.15	Badminton 18.15 – 19.15
19.00-20.00		Bordtennis senior & motionister 19.00 – 21.00		Rytmekrunker 19.00 – 21.00		
20.00-21.00						
21.00-22.00				Badminton	Badminton	Badminton

ONSDAG

HØST IF indendørstider 2023/2024
HØST Hallen + HØST Aktivitetssal

Tidspunkt	Aktivitetssal	Bane 1/ gymsal	Bane 2/ gymsal	Bane 3/ halv hal	Bane 4/ halv hal	Bane 5/ halv hal
15.00-16.00						
16.00-17.00		Badminton	Badminton	Badminton	Badminton	Badminton
17.00-18.00		Badminton		Micro spring 0 -2 kl. 17.00 – 18.15		
18.00-19.00		Badminton				
19.00-20.00				Store spring fra 5 kl. 18.30 – 20.00		
20.00-21.00						
		Step 19.30-20.30		Badminton	Badminton	Badminton
21.00-22.00		Indendørs fodbold, OB (fra uge 43 til uge 13. Mulighed for andre aktiviteter øvrig tid)				

TORS DAG

Tidspunkt	Aktivitetssal	Bane 1/ gymsal	Bane 2/ gymsal	Bane 3/ halv hal	Bane 4/ halv hal	Bane 5/ halv hal
15.00-16.00						
16.00-17.00				Badminton	Badminton	Badminton
17.00-18.00	Ju Jitsu 6-10 år 17.00 – 18.00		Leg/Bevægelse 1 - 2 år 16.45 – 17.45	Mini spring 3 – 4 kl. 17.00 – 18.30		
18.00-19.00	Ju Jitsu ung + senior 18.00– 20.00		Bordtennis ungdom 18.00 – 19.15			
19.00-20.00				Zumba 19.00 – 20.00		
20.00-21.00			Bordtennis senior + kampe 19.15 – 21.45			
21.00-22.00						

HØST IF indendørstider 2023/2024
HØST Hallen + HØST Aktivitetssal

FREDAG

Tidspunkt	Aktivitetssal	Bane 1/ gymsal	Bane 2/ gymsal	Bane 3/ halv hal	Bane 4/ halv hal	Bane 5/ halv hal
15.00-19.00		Indendørs fodbold* Ungdom 15.00 – 22.00				
19.00-20.00						
20.00-21.00						
21.00-22.00						

* Indendørs fodbold med start fra uge 43 til uge 13. Mulighed for andre aktiviteter øvrig tid.

LØRDAG

Tidspunkt	Aktivitetssal	Bane 1/ gymsal	Bane 2/ gymsal	Bane 3/ halv hal	Bane 4/ halv hal	Bane 5/ halv hal

SØNDAG

Tidspunkt	Aktivitetssal	Bane 1/ gymsal	Bane 2 / gymsal	Bane 3 / halv hal	Bane 4 / halv hal	Bane 5/halv hal