

Melodi : Oppe på bjerget.



Dagen i dag er din min ven
dagen i går kommer aldrig igen.
Dagen er lige her og nu
indholdet skaber du.

Fyld den med glæde varme og tro
andre skal føle ,dagen er gó
Hvor der er vilje er der vej
nu er der brug for dig.

Dagen i dag er ganske kort ,
men du har meget at give bort.
Tindrenede smil og gode ord
koster jo ikke spor.
Glæder du andre,viser det sig
skyerne spredes,også for dig.
Du kan forskønne selv dit liv,
når du er positiv.

Udvalg Idræt om Dagen

Formand Inger Blirup - tlf. 61759391
mail:ingerblirup@mail.dk

Kasserer Sanny Von Mehren tlf. 23315184
mail.:svonmehren@gmail.com

Sekretær Nelly Møller tlf. 40192481
mail: nellyvera08@gmail.com

Medlem Karen Schjørring tlf.21931870
mail: schjoerring@turbopost.dk

Medlem Erik Wissing tlf. 29241558
mail: erikwissing@tdcspc.dk

1. Suppleant Hanne Thomsen
2. Suppleant Niels Schjørring

Program

40 og fyrig 70 og færdig
hvis du ikke er lidt ihærdig



Idræt om dagen arrangerer ture
motion og hygge
hver fredag formiddag kl. 9.30 fra
Medborgerhuset Them



Idræt om dagen 2023



Motion hver mandag formiddag
i vinter halvåret på Medborgerhuset
Fra kl. 9.30 til 10.30

Marts

- Fredag d. 17. Jost Van Ingen - Fællessang og bevægelse
Fredag d. 24. Jens Grøn - Tidligere højskoleforstander: Sang og fortælling.
Fredag d. 31. Bodil Juhl - Vandreferie gennem 6 lande i Alperne.

April

- Fredag d. 7. Langfredag
Fredag d. 14. Hørrelund kilden - Hummel sø
Fredag d. 21. Snabegaard skov - v/Vrads station
Fredag d. 28. Lyngsø - Almindsø



Maj

- Fredag d. 5. St. bededag
Fredag d. 12. Avnsø / Brillerne
Fredag d. 26. Ry Flyveplads



Juni

- Fredag d. 2. Stenholt skov
Fredag d. 9. Fogstrup
Fredag d. 16. Kur-ruten
Fredag d. 23. Frederik d. ”7. Høj”
Fredag d. 30. Afslutning til sommerferie. Lystrupminde - Naturskolen



August

- Fredag d. 4. Knøsen
Fredag d. 11. Katrinedal
Fredag d. 18. Siemtoften v/ Ry
Fredag d. 25. Salten Skov

September

- Fredag d. 1. Højkol / Salten Langsø
Fredag d. 8. Lyngtur - Isenbjerg
Fredag d. 15. Engetved - Salten Profil
Fredag d. 22. Gjessø - Rustrup skov
Fredag d. 29. Hvor skal vi hen du ?

Oktober

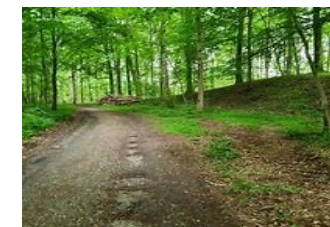
- Fredag d. 6. Sepstrup
Fredag d. 13. Svampetur
Fredag d. 20. Efterårsferie
Fredag d. 27. Østerskoven

November

- Fredag d. 3. Asklev
Fredag d. 10. Lysbro Skov
Fredag d. 17. Slåen sø
Fredag d. 24. Adventstur (hos N&V)

December

- Fredag d. 1. Hvor skal vi hen du?
Fredag d. 8. Julefrokost på Medborgerhuset



Ret til ændringer forbeholdes



**Glædelig
jul**