

Højt aktiv uge 36 - aktivitetsplan 2. – 6. september 2019

Dag	Tidspunkt	Aktivitet	Hvem	Hvor
Mandag	07.00 - 07.30	Morgenløb	Alle	ØH Skole
02.09.19	07.30 - 08.05	Sund morgenmad for morgenløberne	Morgenløberne	ØH Skole
	08.15	Fælles flaghejsning, hvor vi synger Højt aktiv uge-sangen	Alle	ØH Børnehus
	08.30	Gåtur rundt i byen	Alle	Afgang fra ØH Børnehus
	17.00 - 18.30	Familiedyst	Alle	ØH Skole
	17.30 - 18.30	Udendørs crossfit	Alle	Start ved ØH Skole
	18.45 - 19.30	Fællesspisning DKK 45,-/25,- (for børn 0 - 3 år) fra Øster Højt Kro. TILMELDING	Alle	ØH Skole
	20.00	Tak for i dag		
Tirsdag	07.00 - 07.30	Morgenløb	Alle	ØH Skole
03.09.19	07.00 - 07.30	Yoga		
	07.45 - 08.05	Sund morgenmad for morgenløberne og yogierne	Morgenløberne	ØH Skole
	09.00 - 10.30	Aktiviteter for de 4-6-årige fra Øster Højt Børnehus	4 - 6-årige	ØH Skole - hallen
	09.00 - 10.30	Aktiviteter i og ved Øster Højt Børnehus for de 0 - 3-årige i dagpleje og børnehave. I er velkomne til at tage madpakken med, så spiser vi frokost sammen som afslutning på arrangementet.	Dagplejebørn og de små	ØH Børnehus
	14.00	Krolf	Alle	Multiarena, ØH Skole
	17.00	Familiegudstjeneste i børnehøjde og efterfølgende fællesspisning. TILMELDING	Alle	Højt Kirke og Forsamlingshuset
	21.00	Tak for i dag		
Onsdag	07.00 - 07.30	Morgenløb	Alle	ØH Skole
04.09.19	07.45 - 08.05	Sund morgenmad for morgenløberne	Morgenløberne	ØH Skole
	17.00 - 20.00	Kanotur på Vidåen v/Spejderne - medbring madpakke. TILMELDING	Alle - børn u/12 år kun ifølge med en voksen	Mere information følger efter tilmelding
	17.00	Hike & Bike. TILMELDING	Alle	Afgang fra ØH Skole
	18.30	Hyggecykeltur - for alle	Alle	Afgang fra ØH Skole
Torsdag	07.00 - 07.30	Morgenløb	Alle	ØH Skole
05.09.19	07.00 - 07.30	Yoga		
	07.45 - 08.05	Sund morgenmad for morgenløberne og yogierne	Morgenløbere og yogier	ØH Skole
	16.00 - 18.00	Affaldsindsamling	Alle	ØH Skole
	18.30 - 20.00	Grillpølser kan købes	Alle	ØH Skole
	19.30 - 20.30	Trampolin-fitness, 25 minutter, maks 14 på hvert hold	Fra 16 år og opefter	ØH Skole
	21.00	Tak for i dag		
Fredag	07.00 - 07.30	Morgenløb	Alle	ØH Skole
06.09.19	07.45 - 08.05	Sund morgenmad for morgenløberne	Morgenløberne	ØH Skole
	12.00 - 14.00	Aktiviteter & leg for små & store	Alle	SFO/ØH Skole
	17.00 - 19.00	Frit valg på alle hylder: Familiecykeltur på ca. 10 km eller familiegåtur, to ruter - en kort, en lang - rundt i Højt Sogn.	Alle	ØH Skole
	18.30	Fællesspisning (DKK 30,00). TILMELDING	Alle	ØH Skole

TILMELDING OG BETALING SENEST 29. AUGUST 2019 - I POSTKASSEN HOS SUSANNE OG PER PETERSEN, LYKKEVEJ 6

Borgerforeningen sørger for frisk frugt til nogle af aktiviteterne