

Tid	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	TORSDAG MORGEN kl. 08.00 – 08.45 Hold 19: MotionSvømning	Søndag							
14.30-15.00					64 SeniorMotion 55+ Basic									
15.00-15.15	1 SFO Lystrup Piratfisk	2 SFO Lystrup Makreller	20 SFO Lystrup Piratfisk	21 SFO Lystrup Delfiner	36 SFO Elsted Piratfisk	37 SFO Elsted Delfiner	54 SFO Elsted Piratfisk	55 SFO Elsted Delfiner	65 Piratfisk	66 Delfiner	08.00- 08.45	19 VoksenMotion Medlemmer 10-turskort Enkeltbillet 40 kr.	77 Svøm Teknik Basic	
15.15-15.30	3 SFO Lystrup Guld fisk	4 SFO Lystrup Delfiner	22 SFO Lystrup Guld fisk	23 Piratfisk	38 Rejer	39 SFO Elsted Guld fisk	56 SFO Elsted Guld fisk	57 SFO Elsted Makreller	67 Sværd fisk	68 Guld fisk	08.45- 09.00	78 Babysvømning 3. – 12. mdr.	19 VoksenMotion Medlemmer 10-turskort Enkeltbillet 40 kr.	85 Svøm Teknik Classic
15.30-15.45											09.00- 09.15	79 Supersvømmer 1 – 2½ år		
15.45-16.00	5 Rejer	6 Guld fisk	24 Rejer	25 Piratfisk	40 Søstjerner	41 Delfiner	58 Haletudser 3½ - 5½ år	59 Rejer	60 Delfiner	67 Sværd fisk	68 Guld fisk	09.15- 09.30	79 Supersvømmer 1 – 2½ år	
16.00-16.15												09.30- 09.45	80 Søheste 2 – 4 år	86 Supersvømmer 1 – 2½ år
16.15-16.30	7 Flyve fisk	8 Piratfisk	26 Haletudser 3½ - 5½ år		42 Rejer	43 Piratfisk	59 Rejer	60 Delfiner	69 Rejer	70 Makreller	09.45- 10.00	80 Søheste 2 – 4 år	86 Supersvømmer 1 – 2½ år	
16.30-16.45												10.00- 10.15	81 Blåmuslinger 2½ – 4 år	87 Søheste 2 – 4 år
16.45-17.00												10.15- 10.30	81 Blåmuslinger 2½ – 4 år	87 Søheste 2 – 4 år
17.00-17.15	9 Haletudser 3½ - 5½ år		27 Hajer	28 Delfiner	44 Blæksprutter	45 Flyve fisk	61 Piratfisk	62 Rødspætter	71 Delfiner	72 Rejer	10.30- 10.45	81 Blåmuslinger 2½ – 4 år	87 Søheste 2 – 4 år	
17.15-17.30	10 Delfiner		29 ActionSport Girls		46 Action Sport TRI	47 ActionSport Rescue Kids	63 Action Sport Challenge		73 Piratfisk	74 Guld fisk	10.45- 11.00	82 Haletudser 3½ - 5½ år	88 Søheste 2 – 4 år	
17.30-17.45	11 Guld fisk										11.00- 11.15	82 Haletudser 3½ - 5½ år	88 Søheste 2 – 4 år	
17.45-18.00	19 VoksenMotion Medlemmer 10-turskort Enkeltbillet 40 kr.		30 Guld fisk	31 Makreller	48 Rovfisk Talent	49 Rovfisk Sprint	12+13 Vandpolo U11+U13 18.15 - 19.15		75 SeniorMotion 55+ Power		11.15- 11.30	83 Søanemoner	89 Haletudser 3½ - 5½ år	
18.00-18.15											11.30- 11.45	83 Søanemoner	89 Haletudser 3½ - 5½ år	
18.15-18.30	12+13 Vandpolo U11+U13		32 AquaFitness Gravide 18.45 – 19.30		50 Svøm Teknik Crawl	51 Svøm Teknik Crawl Xtra	14+15 Vandpolo Damer + U15 / U17		19 VoksenMotion Medlemmer 10-turskort Enkeltbillet 40 kr.	46 Action Sport TRI	11.45- 12.00	32 AquaFitness Gravide 11.45 – 12.30	90 Rejer	91 Piratfisk
18.30-18.45											12.00- 12.15	32 AquaFitness Gravide 11.45 – 12.30	92 Guld fisk	93 Delfiner
18.45-19.00	13+14 Vandpolo U13+U15		33 AquaFitness Energy 19.30 – 20.15		52 Fra vandkræk til vandglæde 19.45 – 20.30				76 AquaDisco 2. klasse til 8. klasse 19.15 – 20.45		12.15- 12.30	84 Familie Svømning	94 Delfiner	95 Rejer
19.00-19.15											12.30- 12.45	84 Familie Svømning	94 Delfiner	95 Rejer
19.15-19.30			34 AquaFitness Effect 20.15 – 21.00		19 VoksenMotion Medlemmer 10-turskort Enkeltbillet 40 kr.		14+15+16+17+18 Vandpolo 2. Division Herre U15+U17 20.30 – 22.30				12.45- 13.00	84 Familie Svømning	96 Flyve fisk	97 Guld fisk
19.30-19.45	14+15+16+17+18 Vandpolo 2. Division Herre Damer Motion Herre U15+U17 20.30 – 22.30										13.00- 13.15	84 Familie Svømning		
19.45-20.00			35 AquaFitness Base 21.00 – 21.45								13.15- 13.30	84 Familie Svømning		
20.00-20.15											13.30- 13.45	84 Familie Svømning		
20.15-20.30											13.45- 14.00	84 Familie Svømning		
20.30-20.45											14.00- 14.15	OFFENTLIG SVØMNING 13.15 – 15.00		
20.45-21.00											14.15- 14.30	OFFENTLIG SVØMNING 13.15 – 15.00		
21.00-21.15											14.30- 14.45	OFFENTLIG SVØMNING 13.15 – 15.00		
21.15-21.30											14.45– 15.00	OFFENTLIG SVØMNING 13.15 – 15.00		
21.30-21.45											15.00 – 15.30	OFFENTLIG SVØMNING 13.15 – 15.00		
21.45-22.00											15.00 – 15.30	OFFENTLIG SVØMNING 13.15 – 15.00		
22.00-22.30											15.00 – 16.00	OFFENTLIG SVØMNING 13.15 – 15.00		
												15.00 – 16.00	OFFENTLIG SVØMNING 13.15 – 15.00	
													PRIS: BØRN 30 KR. VOKSNE 40 KR	
													PRIS: BØRN 30 KR. VOKSNE 40 KR	

46. ActionSport TRI
Løb/Cykling
Onsdag
kl. 16.30 – 17.15

Hold 98: Tirsdag kl. 10.00 – 12.00: Kvindesvømning etniske kvinder (Gellerupbadet)