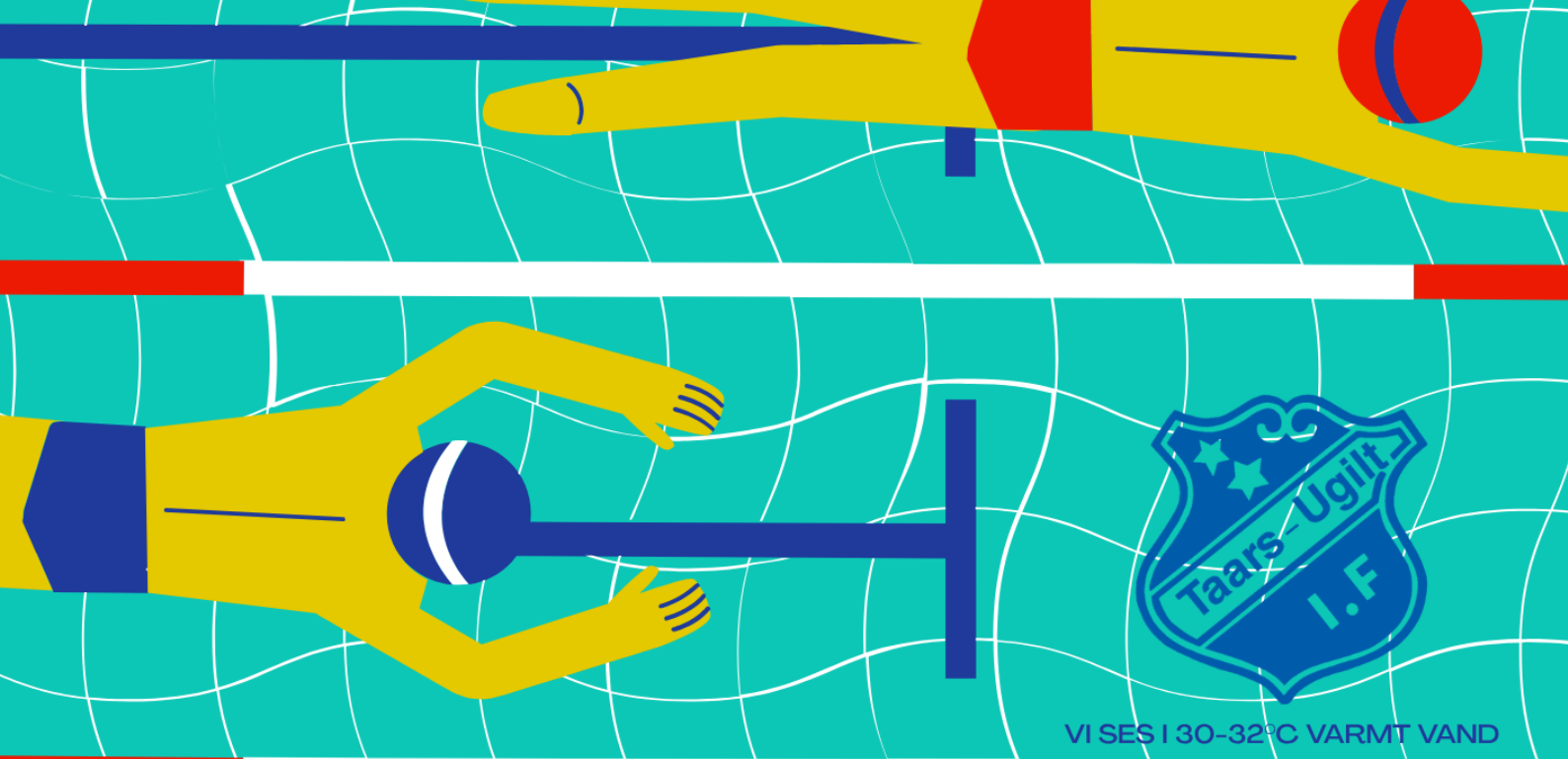




# EFTERÅRSSÆSON

SVØMMEAFDELINGEN 2026

TAARS-UGILT IF

|         |               |                                           |                     |
|---------|---------------|-------------------------------------------|---------------------|
| MANDAG  | 16.45 - 17.30 | TRUMLINGE                                 | BETINA (UGE 37)     |
|         | 18.00 - 19.00 | VANDAEROBIC                               | METTE (UGE 37)      |
|         | 19.00 - 20.00 | VANDAEROBIC                               | METTE (UGE 37)      |
|         | 20.00 - 21.00 | LAKSENE (KUN FOR MÆND)                    | JESPER (UGE 43)     |
| TIRSDAG | 06.00 - 07.00 | MORGENSVØMNING                            | V/HALLEN (UGE 33)   |
|         | 08.00 - 09.00 | VANDGYMNASTIK                             | MARIE (UGE 33)      |
|         | 16.30 - 17.30 | 4.-6. KLASSE                              | JAN (UGE 37)        |
|         |               |                                           |                     |
| ONSDAG  | 08.00 - 09.00 | GYMNASTIK OG SVØMNING                     | BENT (UGE 37)       |
|         | 09.00 - 10.00 | GYMNASTIK OG SVØMNING                     | BENT & OLE (UGE 37) |
|         | 16.30 - 17.30 | 0.-3. KLASSE                              | ELIZABETH (UGE 37)  |
|         | 17.30 - 19.00 | FRISVØMNING                               | V/HALLEN (UGE 37)   |
| TORSDAG | 06.30 - 07.30 | MORGENSVØMNING                            | V/HALLEN (UGE 33)   |
|         | 08.15 - 09.15 | VARMTVANDSTRÆNING 1                       | HEIDI (UGE 33)      |
|         | 09.15 - 10.15 | VARMTVANDSTRÆNING 2                       | HEIDI (UGE 33)      |
|         | 16.00 - 17.00 | VARMTVANDSTRÆNING 3                       | BENT (UGE 37)       |
|         | 17.00 - 18.00 | VARMTVANDSTRÆNING 4                       | BENT (UGE 37)       |
|         | 18.30 - 20.30 | GUS AFTEN                                 | (UGE 37)            |
| FREDAG  | 10.00 - 10.30 | BABYSVØMNING                              | V/HALLEN (UGE 33)   |
|         | 10.30 - 11.00 | BABYSVØMNING                              | V/HALLEN (UGE 33)   |
|         | 19.00 - 20.00 | FRISVØMNING                               | V/HALLEN (UGE 43)   |
|         | 08.15 - 09.15 | AUQA DEEP FITNESS<br>(LØRDAG I LIGE UGER) | MARIE (UGE 37)      |
| LØRDAG  | 10.00 - 12.00 | FRISVØMNING                               | V/HALLEN (UGE 33)   |
|         |               |                                           |                     |
| SØNDAG  |               |                                           |                     |

SVØMMEAFDELINGENS SOMMERSÆSON 2026 UGE 33 TIL OG MED UGE 51  
 KONTINGENT: 400,- FOR BØRNEHOLD OG 600,- FOR VOKSENHOLD MED START I UGE 33.  
 500,- FOR VOKSENHOLD MED START UGE 37 OG 700,- GUSAFTEN  
 FIND MERE INFO PÅ [HTTPS://TAARS-UGILT-IF.DK/SVOEMMEAFDELINGEN-HOLD](https://taars-ugilt-if.dk/svoemmeafdelingen-hold)

V/HALLEN "HOLD" – PRIS 20,- BØRN OG 30,- VOKSEN ELLER STØTTEABONNEMENT  
 (BABYSVØMNING 50,- ELLER STØTTEABONNEMENT)