

PERIODEPLAN

FEBRUAR 2023

Dato	Tilbud	Tid	Adresse
Onsdag 1/2	SafeZone Skydning Maribo*	Kl. 15:00 – 17:00	Maribo Skytteforening, Kleins Vej 3, 4930 Maribo
Torsdag 2/2	SafeZone Friluftstur Nykøbing F.	Kl. 10:00 - 14:00	Virkethus, Virketvej 39, 4863 Eskilstrup
Søndag 5/2	Floorball	Kl. 12:00 – 15:00	Ejegod Hallen, Møllebakken 7, 4800 Nykøbing F.
Mandag 6/2	Spinning, svømning og sauna*	Kl. 14:45 – 16:00	DGI huset, Solbakkevej 42, 4760 Vordingborg
Onsdag 8/2	SafeZone Skydning Maribo*	Kl. 15:00 – 17:00	Maribo Skytteforening, Kleins Vej 3, 4930 Maribo
Torsdag 9/2	SafeZone Friluftstur Nykøbing F.	Kl. 10:00 - 14:00	Virkethus, Virketvej 39, 4863 Eskilstrup
Onsdag 15/2	SafeZone Skydning Maribo*	Kl. 15:00 – 17:00	Maribo Skytteforening, Kleins Vej 3, 4930 Maribo
Mandag 20/2	Spinning, svømning og sauna*	Kl. 14:45 – 16:00	DGI huset, Solbakkevej 42, 4760 Vordingborg
Tirsdag 21/2	Fælleslæsning	Kl. 16:00 – 17:30	Hovedbiblioteket, Kongensgade 43, 4800 Nykøbing F.
Onsdag 22/2	SafeZone Skydning Maribo*	Kl. 15:00 – 17:00	Maribo Skytteforening, Kleins Vej 3, 4930 Maribo
Torsdag 23/2	SafeZone Styrketræning Næstved*	Kl. 13:00 – 15:00	HG Fitness, Herlufsholm Allé 233, 4700 Næstved
Søndag 26/2	Fastelavn -Floorball – Kom gerne udklædt 🦊	Kl. 12:00 – 15:00	Ejegod Hallen, Møllebakken 7, 4800 Nykøbing F.
Mandag 27/2	Spinning, svømning og sauna*	Kl. 14:45 – 16:00	DGI huset, Solbakkevej 42, 4760 Vordingborg
Tirsdag 28/2	Fælleslæsning	Kl. 16:00 – 17:30	Hovedbiblioteket, Kongensgade 43, 4800 Nykøbing F.

Ændringer kan forekomme. Hold dig altid opdateret på Facebooksiden "Veteranindsatsen Guldborgsund Kommune"

Tilbud med * ligger andetsteds, hvorfor Veteranindsatsen ikke opdaterer ved eventuelle ændringer her.

Alle tilbud har FÆLLESSKABET som det primære

Der skal være plads til den enkelte og du er mere end velkommen!

Er du "ny" og vil gerne opleve et eller flere af vores tilbud, men har svært ved at komme afsted, så giv veterankoordinator Camilla et ring eller smid en besked. Hun fortæller gerne mere om tilbuddene på tekst, tale eller ved et møde og kan også ledsage i starten. **Tlf: 2518 0379.**

Mandage: Spinning, svømning og sauna

Mød omklædt til kl. 14:45, der starter holdet. Der er nøgle til omklædning ved receptionen.

Medbring egne sko. Du kan bruge almindelige, men det anbefales at anskaffe til spinningscykler. Der er mulighed for vejledning til indstilling af cyklen.

Der cykles 30-45 min. Du sætter tempoet efter dit eget niveau.

Der er mulighed for en tur i svømmehallen bagefter. Der kan være andre gæster, men umiddelbart er hallen rolig og der er som regel god plads. Der er svømmebassin, varmtvandsbassin og sauna.

Tovholder: Veterankoordinator Gert fra Vordingborg Kommune.

Tirsdage: Fælleslæsning

Vi mødes i et roligt lokale på Hovedbiblioteket, hvor der er kaffe på kanden og lidt snacks. Her lytter vi til en novelle oplæst af Peter-Clement. Han holder pauser undervejs, hvor vi snakker om indholdet og fortolker på det. Til sidst læses et digt højt, vi også drøfter.

Vi kommer rundt om mange sjove emner og samtaler og der er en god og afslappende stemning ved fælleslæsningen.

Tovholder: Peter-Clement Elmhøj Woetmann.

Onsdage: SafeZone skydning Maribo

Der er åbent i tidsrummet 15:00 – 17:00. Du kan komme lidt senere eller gå lidt før, hvis der er behov for det.

Der er kaffe på kanden og kage på bordet.

Tovholder: Per og Johnny fra Maribo Skytteforening.

Torsdage: SafeZone Friluftsliv Nykøbing

Kl. 10:00 mødes vi et givent sted jf. periodeplan, der deles på [hjemmesiden](#) og [facebooksidens](#).

Vi sætter bålgrøj op og tilbereder mad over bål. Der er kaffe og the.

Vi er som regel på stedet 2-3 timer.

Tovholder: Veterankoordinator Camilla fra Guldborgsund Kommune.

Søndage: Floorball

Mød omklædt til kl. 12:00. Der varmes op til at starte med og spilles korte kampe, der passer til alles niveau.

Der er masser af pauser med kaffe på kanden og kage på bordet.

Tovholder: Sara og Thomas fra TSG floorball.