

## AKTIVITETSKALENDER

Tor	1		<b>1. maj</b>
Fre	2	Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Fælles gymnastik i Regnbuen</b> Gåtur Fredagscafe på 2.sal
Lør	3		
Søn	4	<b>Kl. 14.30</b>	<b>Gudstjeneste Folkekirken</b>
Man	5	Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.00	<b>Træning i fitness</b> Åben i Regnbuen Gåtur Kortspil på 4. sal
Tir	6	Kl. 10.30 Kl. 13.30 Kl. 14.00	<b>Kor i Regnbuen</b> Tur ud i det blå (turen er gratis) Gåtur
Ons	7	Kl. 10.00 Kl. 10.30  Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Træning i fitness</b> Heldagstur til kolonihaven (turen er gratis) drikkevarer for egen regning Gåtur Beboer og kostrådsmøde på 1. sal
Tor	8	Kl. 9.30 kl. 10.30 kl. 14.00 <b>kl. 18.00</b>	<b>Frisørtid</b> Åben i Regnbuen Gåtur <b>Aftencafe</b>
Fre	9	Kl. 10.30  Kl. 11.00 Kl. 14.00	<b>Heldagstur til kolonihaven (turen er gratis) drikkevarer for egen regning</b> Fællesgymnastik i Regnbuen Gåtur
Lør	10		
Søn	11	<b>Kl. 14.00</b> <b>Kl. 16.00</b>	<b>Søndagscafe i Spisestuen</b> <b>Golgata menigheden holder gudstjeneste</b>



## AKTIVITETSKALENDER

Man	12	Kl. 10.00 Kl. 10.30  Kl. 14.00	<b>Træning i fitness</b> Heldagstur til kolonihaven (turen er gratis) drikkevarer for egen regning Åben i Regnbuen Gåtur
Tir	13	Kl. 10.30	<b>Kor i Regnbuen</b> Ældrekoncert på Frederiksberg rådhus
Ons	14	Kl. 10.00 Kl. 10.30	<b>Træning i fitness</b> Åben i Regnbuen Ældrekoncert på Frederiksberg rådhus
Tor	15	kl. 10.30  Kl. 14.30 <b>kl. 18.00</b>	<b>Træning i fitness - cykelhold</b> Åben i Regnbuen Ældrekoncert på Frederiksberg rådhus Beboer og kostrådsmøde på 2. sal <b>Aftencafe</b>
Fre	16	Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Fællesgymnastik i Regnbuen</b> Gåtur Fredagscafe i Spisestuen - vi har fællessang med Louise
Lør	17		
Søn	18	<b>Kl. 14.30</b>	<b>Gudstjeneste Metodistkirken</b>





## AKTIVITETSKALENDER

Man	19	Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 14.00	<b>Træning i fitness</b> Åben i Regnbuen Gåtur Kortklub på 4 sal
Tir	20	Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Kor i Regnbuen</b> Gåtur Individuelle aktiviteter
Ons	21	Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Træning i fitness</b> Åben i Regnbuen Gåtur Beboer og kostrådsmøde på 3 sal
Tor	22	Kl. 10.30  Kl. 14.00 <b>Kl. 18.00</b>	<b>Træning i fitness - cykelhold</b> Åben i Regnbuen Gåtur <b>Aftencafe</b>
Fre	23	Kl. 10.00	<b>Sejltur på Roskilde Fjord samt frokost ombord</b> <b>Vi mødes i Regnbuen</b>
Lør	24		
Søn	25		



## AKTIVITETSKALENDER

Man	26	Kl. 10.30 Kl. 14.00	<b>Træning i fitness</b> Åben i Regnbuen Gåtur Kortspil på 4. sal
Tir	27	Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Træning i fitness - cykelhold</b> Kor i regnbuen Gåtur Individuelle aktiviteter
Ons	28	Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Træning i fitness</b> Åben i regnbuen Gåtur Beboer og kostrådsmøde på 4. sal
Tor	29		<b>Kr. Himmelfartsdag</b>
Fre	30	Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Fællesgymnastik i Regnbuen</b> Gåtur Fredagscafe på 1. sal
Lør	31		



Kolonihave

### Kommende arrangementer:

10. juni 2025 - De Betaniske lege

17. juni 2025 - Sommerkoncert med koret Ambitus

23. juni 2025 – Sankthansfest