



# FERIE CAMP

Gratis aktiviteter i Valby  
Sommerferien uge 32

Prøvehallen v. spinderiet, Porcelænstorvet 4, 2500 Valby

## Mandag d. 3. august

9:40 **FerieCampen åbner**  
9:50 **Fælles morgengymnastik**  
10:00 **Godmorgen og velkommen til dagen**

10:05 - Spring, leg og sjov - Gymnastik 3-6 år  
- Yoga  
- Tricking/parkour- Lær nye seje tricks  
- Høvdingebold  
- Dans og Rytmask Gymnastik 6-9 år  
- Floorball  
- Fodbold

11:00 - Spring, leg og sjov - Gymnastik  
- KREA værksted, brætspil af genbrugsmaterialer  
- Tricking/parkour - Lær nye seje tricks  
- Fodbold  
- Floorball  
- Håndbold  
- Silent FIT  
- Dans - Hip Hop, Street  
- Yoga

12:30 **Pause - Frokost**  
Spis din madpakke, tegne-værksted, Spillebullen, fri leg  
Højtlesning m.m. Afslapningsaktivitet/fælles aktivitet

13:00 - Springgymnastik  
- KREA værksted, brætspil af genbrugsmaterialer  
- Tricking/parkour - Lær nye seje tricks  
- Håndbold  
- Dans - Hip Hop, Street mm.  
- Silent Fit  
- Negle-salon  
- Høvdingebold  
- Tegneværksted med Copenhagen Comics

### 14:00 **Forfriskning**

14:30 - Springgymnastik 9+ år  
- Akroyoga  
- KREA værksted, brætspil af genbrugsmaterialer  
- Tegneværksted med Copenhagen Comics  
- Negle-salon  
- Floorball  
- Højtlesning - en god historie  
- Mindfulness, massage og afslapning

15:45 **Fællesaktivitet**  
16:00 **Tak for i dag, Campen lukker ned**

## Tirsdag d. 4. august

9:40 **FerieCampen åbner**  
9:50 **Fælles morgengymnastik**  
10:00 **Godmorgen og velkommen til dagen**

10:05 - Spring, leg og sjov - Gymnastik 3-6 år  
- Tricking/parkour - Lær nye seje tricks  
- KREA værksted, fokus på papirblomster m.m.  
- Dans og Rytmask Gymnastik  
- Yoga  
- Basket  
- Floorball  
- Capoeira  
- Løb & stafet, vejen til VM med Dansk Atletik

11:00 - Spring, leg og sjov - Gymnastik  
- KREA værksted, fokus på papirblomster m.m.  
- Spejder for en dag  
- Tricking/parkour - Lær nye seje tricks  
- Dans og Rytmask Gymnastik  
- Fodbold  
- Basket  
- Capoeira  
- Løb & stafet, vejen til VM med Dansk Atletik  
- Lav din egen tegneserie med Waffle Man

12:30 **Pause - Frokost**  
Spis din madpakke, tegne-værksted, Spillebullen, fri leg  
Højtlesning m.m. Afslapningsaktivitet/fælles aktivitet

13:00 - Springgymnastik  
- KREA værksted, fokus på papirblomster m.m.  
- Floorball  
- Yoga  
- Høvdingebold  
- Spejder for en dag  
- Dans Hip Hop  
- Fodbold  
- Lav din egen tegneserie med Waffle Man

### 14:00 **Forfriskning**

14:30 - Springgymnastik 10+år  
- KREA værksted + Lav din egen buket!  
- Negle-salon  
- Futsal  
- Høvdingebold  
- Yoga  
- Dans Hip Hop, Street mm.  
- Mindfulness, massage og afslapning

15:45 **Fællesaktivitet**  
16:00 **Tak for i dag, Campen lukker ned**



# FERIE CAMP

Gratis aktiviteter i Valby  
Sommerferien uge 32

Prøvehallen v. spinderiet, Porcelænstorvet 4, 2500 Valby

## Onsdag d. 5. august

- 9:40 FerieCampen åbner  
9:50 Fælles morgengymnastik  
10:00 Godmorgen og velkommen til dagen
- 10:05
- Spring, leg og sjov - Gymnastik 3-6 år
  - Teaterworkshop
  - KREA værksted - mal på porcelæn og sten
  - Sang og kor
  - Yoga
  - Floorball
  - Håndbold
  - Gøgl, cirkus og sjov
  - Dans/rytmisk gymnastik
- 11:00
- Spring, leg og sjov - Gymnastik
  - Teaterworkshop 7-15 år
  - KREA værksted - mal på porcelæn og sten
  - Sang og kor
  - Yoga
  - Floorball
  - Fodbold
  - Håndbold
  - Negle-salon
- 12:30 **Pause - Frokost**  
Spis din madpakke, tegne-værksted, Spillebullen, fri leg  
Højt læsning m.m. Afslapningsaktivitet/fælles aktivitet
- 13:00
- Springgymnastik
  - Fodbold
  - Tricking/Parkour - Lær nye seje tricks
  - KREA værksted - mal på porcelæn og sten
  - Dans hip hop
  - Lav din egen tegneserie med Waffle Man
  - SilentFit
  - Floorball
- 14:00 **Forfriskning**
- 14:30
- Springgymnastik 9+ år
  - KREA værksted - mal på porcelæn og sten
  - Futsal
  - Dans, Street/Hip Hop
  - Høvdingebold
  - Negle-salon
  - Lav din egen tegneserie med Waffle Man
  - Mindfulness, massage og afslapning
- 15:45 **Fællesaktivitet**  
16:00 **Tak for i dag, Campen lukker ned**

## Torsdag d. 6. august

- 9:40 FerieCampen åbner  
9:50 Fælles morgengymnastik  
10:00 Godmorgen og velkommen til dagen
- 10:05
- Spring, leg og sjov - Gymnastik 3-6 år
  - Teaterworkshop
  - KREA værksted
  - Judo
  - Basket
  - Silent Fit
  - Yoga
  - Negle-salon
  - Floorball
- 11:00
- Spring, leg og sjov - Gymnastik
  - Teaterworkshop
  - KREA værksted
  - Judo
  - Basket
  - Negle-salon
  - Fodbold
  - Silent fit - Hip hop
- 12:30 **Pause - Frokost**  
Spis din madpakke, tegne-værksted, Spillebullen, fri leg  
Højt læsning m.m. Afslapningsaktivitet/fælles aktivitet
- 13:00
- Springgymnastik
  - KREA værksted
  - Dans og Rytmisk Gymnastik
  - Akroyoga
  - Negle-salon
  - Silent Fit
  - Fodbold
  - Slackline
- 14:00 **Forfriskning**
- 14:15
- Springgymnastik 9+år
  - Fodbold
  - Mindfulness, massage og afslapning
  - Høvdingebold
  - Dans, Street/Hip Hop
  - Disc golf
- 15:00 **Valbys største vandkamp!**  
16:00 **Tak for i år, Campen lukker**