

DET SKER PÅ ENDELAVE I UGE 42 – 2018



Dato	Kl.	Aktivitet	Aktiviteten i detaljer	Hvor	Aktivitetsleder
Lørdag 13/10/2018	14.00 – 15.30	Crossfit til at give varmen – (Aktiv Ø)	Træningen kører efter Tabataprincippet og er en god blanding af styrke- og konditionsøvelser, der træner hele kroppen. Alle kan deltage uanset nuværende træningsniveau – jeg garanterer udfordringer for alle, sved på panden og højt humør! Medbring vand, ifør dig tøj, der må blive beskidt og kom og vær med!! Det bliver forrygende. INGEN tilmelding, du møder bare op. Det er GRATIS at deltage. EIF	Havnepladsen bag ved havnens servicebygning	Charlotte Dupont Kristensen
Lørdag, 13/10/2018	19.00	HØSTFEST	Årets høstfest lørdag kl. 19.00 med hygge, mad, musik og dans Entre kr. 75,00. Du medbringer selv mad og engangsservice. Drikkevarer købes på stedet. INGEN tilmelding Du er velkommen til at komme og dække dit eget bord mellem 11.00 – 12.00. Høstmenu fra kroen – 3 stk. smørrebrød = kr. 100,00 – frit valg fra smørrebrødssedlen. Bestil på 21431415	Skolens gymnastiksal, Kongevejen 26	Benny 29780023
Mandag 15/10/2018	08.00- 09.00	Morgenløb for de morgenfriske (Aktiv Ø)	Ruten bliver fra havnemolen ad Kongevejen, ad Endelave Strandvej til Lynggården og tilbage igen. Ruten er ca. 6 km., men det er op til den enkelte at vende om inden, hvis man ikke vil med så langt. Kom frisk. INGEN tilmelding, du møder bare op. Det er GRATIS at deltage - EIF	Start og slut hvor havnemolen støder til land	Charlotte Dupont Kristensen
Mandag 15/10/2018	10.00- 11.30	De fem Tibetanere plus én (Aktiv Ø)	En ca. 2000 år gammel form for yoga (ungdommens kilde). Løsner blokeringer af energistrømme i kroppen. Aktiviteten gennemføres med intro for begyndere. Iklæd dig let og løstsiddende tøj og medbring yogamåtte. Aktiviteten er udvidet med øvelser for at styrke lænd, ben og skuldre - og forebygge smerter de samme steder. Vi slutter med afspænding. Alle kan deltage. Medbring et tæppe og en lille pude. Yogamåtter forefindes. INGEN tilmelding, du møder bare op. Det er GRATIS at deltage. EIF	Skolens gymnastiksal, Kongevejen 26	Jørgen Holm og Lise Birkmose

DET SKER PÅ ENDELAVE I UGE 42 – 2018



Dato	Kl.	Aktivitet	Aktiviteten i detaljer	Hvor	Aktivitetsleder
Mandag, 15/10/2018	14.00 – 15.00	Aikido – den elegante kampkunst (Aktiv Ø)	Aikido består af en lang række låse- og kasteteknikker, der udføres ved at udnytte den angribende kraft. Bevægelserne er cirkulære og harmoniske og bygger principper fra den japanske fægtekunst. Aikido er ikke en kampsport, men en kampkunst. Aikido handler om fred, harmoni og balance. Man forsøger ikke at tvinge modstanderen til noget som helst. Man lader modstanderen gå i den retning han vil, fører ham på vej, og lader ham ved egen kræfter falde der, hvor han naturligt vil falde. Alle fra 12 år kan deltage. Ingen tilmelding, du møder bare op. Det er GRATIS at deltage. EIF.	Skolens gymnastiksal, Kongevejen 26	Erik Cornelius
Mandag 15/10/2018	14.00 – 17.00	Mørkning på Kroen	Kom og bag dine egne småkager(dej kr. 20,00) fra kl. 14.00. Kl. 16.00 holder vi mørkning i skumringstimen og nyder vores småkager med levende lys og alle telefoner slukket. Der vil også være læsehjørner, bog-byttecentral. Der kan købes kaffe/the INGEN tilmelding, i møder bare op.	Kroen	Marianne/Gitte
Tirsdag 16/10/2018	10.00 – 12.00	Kog din egne rødbeder og bagefter kan du købe nybagt leverpostej på Kroen	Vi sætter gang i gruekedlen i skolegården og du kan komme og koge dine egne rødbeder (ca. en pr. mand alt efter størrelse – kr. 20,00). Efterfølgende kan du gå over til kroen og købe en nybagt leverpostej for kr. 30,00. Sikken en frokost ☺ Tag selv et glas med. Der vil også være mulighed for at købe et "Endelave glas" til dine rødbeder.	I skolegården, Kongevejen 26	Gitte 22137106
Tirsdag, 16/10/2018	14.00 – 16.30	Golf på Gården (Aktiv Ø)	Test dine golfvner på Danmarks eneste 5-hullers golfbane. Golfjern og bolde kan lånes på banen. Aktivitetsleder: Ingen – du går bare i gang. Alle fra 10 år kan deltage. INGEN tilmelding, du møder bare op. Det er GRATIS at deltage. EIF	Ved Frede Lassens Gård, Vesterby 90	Selvstyring (Frede Lassen)
Tirsdag, 16/10/2018	13.00 – 16.00	Ridetur på Endelave	Kom ud og ride på de skønne islænderheste. Jørgen er guide på turen. Ring for pris og afgangstid. Sørg for praktisk tøj og fodtøj.	mødested oplyses af Jørgen ved tilmelding	Jørgen 51589942

DET SKER PÅ ENDELAVE I UGE 42 – 2018



Dato	Kl.	Aktivitet	Aktiviteten i detaljer	Hvor	Aktivitetsleder
Onsdag 17/10/2018	09.45 - 12.45	Mini-Kaninoen - en vandretur Øvre rundt (Aktiv Ø)	Endelaves Mini-Kanino er en vandretur Øvre rundt. Denne vandretur starter på havnen, hvorfra vi går ad Strandvejen ud til øvre. Her følger vi vejen rundt og går tilbage til byen ad Kongevejen. Turen er i alt 12 km. Vi går i roligt tempo og holder en pause eller to undervejs. Medbring vand og evt. pausesnack. INGEN tilmelding, du møder bare op. Det er GRATIS at deltage. EIF	Start og slut ved havnens servicebygning	Birgit Juel Martinsen
Onsdag, 17/10/2018	14.00	Stor æblekage buffet	Stor æblekagebuffet, i Lægeurtehaven. Masser af forskellige kager plus kaffe/te til en særdeles rimelig pris. INGEN tilmelding, bare mød op.	Lægeurtehaven Søndermølle 29	Tove Yde
Onsdag, 17/10/2018	17.00 -	Dæk dit eget bord til en god middag på Kroen	Dæk dit helt eget efterårsbord og spis derefter en dejlig middag. Personalet vil instruere i at lave kaninservietter og andre sjove servietter. Medbring gerne selv ting fra naturen. Dagens middag – voksne kr. 80,00 og børn kr. 40,00. Flotteste bord kåres under middagen og der er præmie til vinder. TILMELDING NØDVENDIG PÅ 21431415	På Kroen, Kongevejen 15	Marianne/ Henning
Onsdag, 17/10/2018	20.00	Rafleturning	Der afholdes rafleturning i Møllehuset INGEN tilmelding – bare mød op	Møllehuset Vesterby 50	Pia og Per
Torsdag 18/10/2018	10.00 – 12.00	Lav efterårsbilleder	Vi sørger for karton, lim, sakse. Gå en tur i naturen og find skaller, blade og andre finde ting, som du kan lime på karton og lave et efterårsbillede. Billedet kan du udstille i gymnastiksalen fredag til kræmmermarkedet og der er præmie til det flotteste kårede billede. Bolle og varm kakao kan købes for kr. 25,00 pr person	Kroen	Marianne/Gitte
Torsdag 18/10/2018	14.00- 16.30	Golf på Gården (Aktiv Ø)	Test dine golfvner på Danmarks eneste 5-hullers golfbane. Golfjern og bolde kan lånes på banen. Aktivitetsleder: Ingen – du går bare i gang. Alle fra 10 år kan deltage. INGEN tilmelding, du møder bare op. Det er GRATIS at deltage. EIF	Ved Frede Lassens gård, Vesterby 90	Selvstyring (Frede Lassen)
Torsdag 18/10/2018	14.00 – 16.00	Trækketur på islænderheste	Kom og få en trækketur på de rolige islænderheste. Alle kan være med. Pris. Kr. 40,00 pr. tur. Ingen tilmelding – du møder bare op	På græsstykket ved Havnen	Jørgen 51589942

DET SKER PÅ ENDELAVE I UGE 42 – 2018



Dato	Kl.	Aktivitet	Aktiviteten i detaljer	Hvor	Aktivitetsleder
Torsdag, 18/10/2018	19.00	Bankospil	Der er bankospil i gymnastiksalen. Alle er velkommen Bankoplader kost kr. 20,00 – 3 stk. for kr. 50.00 Der kan købes øl, vand, kaffe og kage	Skolens gymnastiksal Kongevejen 26	Maja 40829399
Fredag 19/10/2018	09.40 - 15.40	Endelave Kaninoen - en vandretur øen rundt (Aktiv Ø)	Endelaves Kanino er en vandretur rundt om Endelave på omkring 21 km. Vi går det meste af strækningen langs kysten og noget af turen er på stenstrand. Godt fodtøj er derfor absolut nødvendigt. Øvrig påklædning er afhængig af vejret. Medbring vand og madpakke. Vi går i roligt tempo og holder pauser en gang i timen. Det vil være muligt at nå færgen hjem, hvis man er på en endagstur. Ruten vil være afmærket, så dem der gerne vil gå meget hurtigt selv kan finde vej. INGEN tilmelding, du møder bare op. Det er GRATIS at deltage. EIF	Start og slut ved havnens servicebygning	Birgit Juel Martinsen
Fredag 19/10/2018	10.00 – 17.00	Kræmmermarked	Kræmmermarked i Gymnastiksalen. Alle er velkommen - børn som voksne – bare kom med det du gerne vil sælge – du får et bord og så sætter du bare op. Du rydder selv op når marked slutter kl. 17.00. Så kom og få en sjov eftermiddag med en god handel. Vinder af det flotteste efterårsbillede udtrækkes kl. 16.00 Der kan købes kaffe/the/sodavand og kage INGEN tilmelding – du kommer bare – døren åbnes kl. 9.00	Skolens gymnastiksal, Kongevejen 26	Gitte Filsø 22137106