

SENIOR i SIF Program 2026

Aktivt samvær - vælg selv dine aktiviteter hvor ofte og hvor længe.
Onsdage i Skovshoved Idrætsforening, Krøyersvej 5A, 2930 Klampenborg.

Fast program om onsdagen:

- 10 - 16:** Motionsrummet på 1. sal og Petanque banen ved hovedindgangen kan benyttes.
11 - 13: Badminton eller tennis efter nærmere aftale og betaling for sæsonbane.
11.45 - 12.30: Gymnastik - "Pilates" med instruktør i gymnastiksalen på 1. sal.
12.30 - 16.00: Smørrebrød m.m., vand, øl, vin, kaffe, kage kan købes i restaurant Siffen.
 Hyggesnak og eventuelt spil (f.eks. billard, kort- og brætspil) i Siffen.
16.00: Senior i SIF lukker for dagen.

Særligt program følgende onsdage:

7. jan. 2026	Forårssæsonen starter.
11. februar	Siffen er LUKKET (ingen frokost, men baner kan benyttes + åben for Pilates).
11. marts	Kl. 13.45 Årligt Medlemsmøde i Senior i SIF. Afholdes i Siffen.
1. april	Siffen er LUKKET (ingen frokost, men baner kan benyttes + åben for Pilates).
6. maj	Årets udflugt: Kl. 10.00: Busafgang fra SIF, Krøyersvej 5. Kl. 10.30 - 12.15: Nivågaard Teglværks Ringovn med rundvisning. Kl. 13.00: Frokost i Nivå Havn / Strandpark. Kl. 15.15: Busafgang fra Nivå Havn tilbage til SIF.   <i>Tilmelding / betaling nødvendig den 22. eller 29. april. Pris pr. person oplyses senere.</i>
3. juni	Forårs sæson afslutning – sommerfest i Siffen Kl. 12.30: Frokost arrangement. (Baren åbner kl. 12.00) Med særligt tema. <i>Tilmelding / betaling nødvendig den 20. eller 27. maj. Pris pr. person oplyses senere.</i>
2. september	Efterårs sæsonen starter. Baner benyttes først fra indendørs sæson start.
14. oktober	SIFFEN er lukket (ingen frokost, men baner kan benyttes + åben for Pilates).
28. oktober	Kl. 14-15. Reserveret til evt. foredrag. FORSLAG modtages af bestyrelsen.
9. december	Efterårssæsons afslutning – Tak for i år. Kl. 12.30: Julefrokost i Siffen. (Baren åbner kl. 12.00) Kl. ca. 13,30: Bankospil med sponsorpræmier. <i>Tilmelding / betaling nødvendig den 25. nov. eller 2. dec. Pris pr. person oplyses senere.</i>