



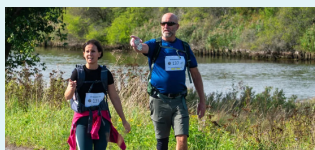
DYRK SAMMENHOLDET OG DIN MOTION I NFS

Efterår 2026

Vælg mellem **14 forskellige** muligheder for **sjov motion** og **bevægelse** i et stærkt **foreningsfællesskab**.

Prøv f.eks.

pickleball, zumba, yoga, badminton eller indoor biking.



Walkathon

Lørdag 19. september 2026

Tilmeld dig her →



Et par hurtige om Firmaidræt i NFS

- **Alle kan være med**
 - du behøver ikke komme fra en arbejdsplads
- **Du tilmelder dig online**
 - og så er du med!



Efterår 2026



→ Tilmeld dig aktiviteter her

FORMIDDAG

Bordtennis

Lørdag kl. 9.00–11.00

Blid yoga

Onsdag kl. 09.00–10.00

Padel

Alle dage fra kl. 6.00–24.00

Powerhoop

Mandag kl. 10.00–11.00

Seniorbadminton

Torsdag kl. 10.00–12.00

Stavgang

Tirsdag kl. 10.00

Tæppecurling

Onsdag kl. 9.30–11.00

Zumba Gold

Tirsdag og fredag kl. 9.30–10.30



EFTERMIDDAG

Aqua fitness

Onsdag kl. 13.00–14.00

Badminton

Mandag kl. 18.00–22.00

Onsdag kl. 17.00–22.00

Blid yoga

Mandag kl. 17.25–18.25

Tirsdag kl. 17.00–18.00

Indoor Biking

Mandag, onsdag og torsdag kl. 19.00–20.00

Mandegymnastik

Torsdag kl. 18.00–19.00

Padel

Alle dage fra kl. 6.00–24.00

Pickleball

Mandag kl. 15.00–16.00 & 16.00–17.00

Fredag kl. 15.00–16.00 & 16.00–17.00

Power yoga

Torsdag kl. 17.30–19.00

Yin Yoga

Tirsdag kl. 18.05–19.05

Zumba Fitness

Mandag og torsdag kl. 17.00–18.00

Arbejdspladsernes Motionsuge

I uge 41 er det Arbejdspladsernes Motionsuge. Det betyder, at vi inviterer dig og dine kolleger indenfor til en række gratis aktiviteter.

Læs mere via QR-koden >

