

SÅ VENDER VI KAJAKKEN !!

Uge skema d. 6. juni – 11. juni 2011

Klokken:	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag
7.00 – 7.30	Mulighed for at deltage i fælles morgenaktivitet					
7.30 – 8.15		Morgenbuffet	Morgenbuffet	Morgenbuffet	Morgenbuffet	8.00: Morgenbuffet
	9.30 – 10.00 Ankomst og registrering 10.00 – 10.15 Velkommen + lidt praktisk info 10.15 – 11.15 Gåtur, søen rundt 11.30 – 12.30 Om ugens program	8.30 – 8.40 Morgensamling 8.40 – 10.20 Workshop 1 Eller 10.50 – 12.30 Senfølger v/ Hanne Svendsen	8.30 – 8.40 Morgensamling 8.40 – 10.20 Workshop 2 eller Fysisk træning – sådan kommer du i gang 10.50 – 12.30 Holdene bytter	8.30 – 8.40 Morgensamling 8.40 – 10.30 Workshop 3 11.00 – 12.30 Introduktion til kajakroning v. Flemming Norsk	8.30 – 8.40 Morgensamling 8.40 - 10.30 motivation, forandring 11.00 – 12.30 fremtidsplaner	9.00 Check ud og afregning 9.30 – 11.15 Farvel til Dallund afslutning v/ kursusleder
12.30	Frokost					11.30 Frokost
	13.30 Fælles præsentation 14.30 – 17.00 Geocaching med GPS i området v / Michael P Nielsen	13.30 – 15.30 Træ klatring (14 – 15.30) værksted 16.00 – 18.00 Træ klatring (16.00 – 17.30) værksted	13.30 – 15.30 Kost, kræft og sunde vaner diætist Lisa Bolting Hansen 16.00 – 18.00 Tilbage til arbejde – lovgivning	13.00 – 18.00 Kajakroning v/ Flemming Norsk Massage Individuel samtale med fag personer	13.30 – 15.00 Gruppedrøftelse om fremtidsplaner	12.15 Afrejse Workshoptemaer <i>tirsdag, onsdag og torsdag</i> A. Uddannelse og arbejde B. Partner/kæreste C. Fremtiden og risikoen at dø D. At få børn/ bekymringer om familien E. At have børn/ bekymringer om familien
18.00	Middag					
	19.30 Dortes danseskole	19.30 Kreativt værksted	19.30 Netværk for unge kræftramte Proof of Life og Drivkræften		Festaften	