



PRAKTISKE INFORMATIONER

Pris pr. person

(Inkl. undervisning, kost og logi i dobbeltværelse. Prisen for børn inkluderer også en Familiehøjskole t-shirt)

Voksen:..... 5.895,- Kr.

Børn: 3.895,- Kr.

Merpris for enkeltværelse: 500,- Kr.

Børn skal være fyldt 5 år ved kursus start.

Er man fyldt 17,5 år ved kursets opstart gælder det som en voksen tilmelding.

Ved spørgsmål kontakt Hilda Dahl-Heide på hd@ihaarhus.dk.

TILMELD JER PÅ
IHAARHUS.DK/UGEKURSER

FAMILIE HØJSKOLE

Oplev en aktiv familieferie med
sport, musik og fællesskab på
Idrætshøjskolen Aarhus

Sommeren 2026 - uge 31:
Søndag d. 26. juli til lørdag d. 1. august
Med tilbud om Gymnastikskole

Oplevelser for hele familien

I uge 31 slår Idrætshøjskolen Aarhus dørene op til en uforglemmelig højskoleuge, hvor hele familien kan se frem til oplevelser, fællesskab og masser af aktivitet. Ugen er skabt til at give både børn, unge og voksne mulighed for at udfolde sig – hver på sin måde, men samtidig med plads til at være sammen.

Som barn kan du vælge mellem **Sportsbørn** eller **Gymnastikskole**, mens de voksne automatisk deltager i vores spændende **Voksenaktiviteter**. Formiddagen er således dedikeret til aldersopdelte aktiviteter, så alle får noget ud af dagen – uanset om man vil udfordres, lære nyt eller bare have det sjovt.

Om eftermiddagen er der fællesaktiviteter for børn og voksne sammen. Det kan f.eks. være kulturtur, strandtur eller familieopgaveløb. Derudover er der altid arrangementer om aftenen og masser af mulighed for at benytte vores mange forskellige idrætsfaciliteter.

EKSEMPLER PÅ AKTIVITETER

Sportsbørn: Boldspil, Klatring, Skattejagt, Svømmehal, Gymnastik, Padel m.m.

Gymnastikskole: Alle kan deltage – uanset niveau. Her vil der primært være fokus på springgymnastik samt lidt redskabsgymnastik.

Alle aktiviteter er for børn fra 5 år.

Som voksen vil der være mulighed for:

Havkajak, Mountainbike, Yoga, Padel, Crossfit, Aqua Fitness, Gymnastik m.m.

