

| Fra | Til | Mandag | Tirsdag | Onsdag | Torsdag | Fredag | Lørdag | Søndag |
|-------|-------|------------------|--------------------------|----------------------------|---------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| 09:00 | 10:00 | Senior Badminton | Strikkeklub | | Senior Badminton | | Mulighed for booking | JHF Håndbold |
| 10:00 | 11:00 | | | | | | | |
| 11:00 | 12:00 | | | | | | | |
| 12:00 | 13:00 | | | | | Badminton | | |
| 13:00 | 14:00 | | | | | | | Mulighed for booking |
| 14:00 | 15:00 | | | | | | | |
| 15:00 | 16:00 | U6 & U7 Håndbold | Trille & Trolle Håndbold | U6 - U8 Fodbold | U5 Fodbold | | | |
| 16:00 | 17:00 | U9 & U10 Fodbold | | U9 & U10 Fodbold | | | | |
| 17:00 | 18:00 | Badminton | Genoptrænings hold | U17 Fodbold | U13 & U15 Håndbold | U17 Fodbold | | |
| 18:00 | 19:00 | Badminton | | | U17 Fodbold | | | |
| 19:00 | 20:00 | Badminton | Cross Dance | U19 & Herrerseniør Fodbold | Dameseniør Håndbold | Herrerseniør Fodbold | | |
| 20:00 | 21:00 | Badminton | Mulighed for stangtennis | | | | | |
| 21:00 | 22:00 | Badminton | | | | Bordtennis | | |