



Med forbehold om endringer og avlysninger

Mandag 13. september

- 05:00 – 23:00 Jonnys gym har gratis egentrening
11:00 – 12:30 Trim i Bøhallen med instruktør fra LHL
11:00 – 12:30 Balansetrening på Bøheimen, for beboere ved Bøheimen og Skjørøisen omsorgsboliger
12:00 – 13:00 Webinar Nordland fylkeskommune: «Frivillighet etter korona - hvordan komme seg på beina igjen» Påmelding www.nfk.no
18:00 – 18:45 Gratis treningstime «Muskelbrus» med Tanja på Bøpuls. Påmelding tlf. 97716392
19:30 – 20:30 Gratis treningstime «Flyt og balanse» med Maria Evensen på Straume samfunnshus. Påmelding til Gadus Aktiv på Facebook
20:00 – 21:30 Bø volleyballklubb ønsker interesserte velkommen til åpen trening i Bøhallen

Tirsdag 14. september

- 05:00 – 23:00 Jonnys gym har gratis egentrening
11:00 – 12:30 Hagedugnad i sansehagen, for beboere ved Bøheimen og Skjørøisen omsorgsboliger
12:00 – 12:45 Webinar Nordland fylkeskommune: «Hvordan forebygge vold?» Påmelding www.nfk.no
14:30 – 15:30 Senioretrening med fysioterapeut på Bøpuls
17:00 – 19:00 Kveldsmattur til Guvåghytta med Rebus. Oppmøte på P-Plass til Guvåghytta.
18:00 – 19:00 Gratis treningstime «Bodybar» med Veronica på Bøpuls. Påmelding tlf. 97716392
19:00 – 19:50 Gratis treningstime «Spinn» med Ann Christin på Bøpuls. Påmelding tlf. 97716392.

Onsdag 15. september

- 05:00 – 23:00 Jonnys gym har gratis egentrening
10:30 – 13:00 Sangstund på Bøheimen, for beboere ved Bøheimen og Skjørøisen omsorgsboliger.
11:00 – 12:00 Webinar Nordland fylkeskommune: «Kulturhovedstad Bodø 2024 – et prosjekt for hele Nordland» Påmelding www.nfk.no
16:00 – 19:00 Popcorn og lek med utleiestyret, på Bø utstyrssentral
17:00 – 19:00 Dans med Bø seniordans på Bø ungdomsskole
17:00 – 18:00 Ballsidighet: Volleyball-lek for barn 1-6 år med Bø volleyballklubb i Bøhallen
18:00 – 20:30 Bø kystlag inviterer til åpent hus på Bua, gamle Williamsbruket, Steinesjøen
18:00 – 19:00 Gratis treningstime «Basisball centercore» med Veronika på Bøpuls. Påmelding tlf. 97716392

Torsdag 16. september

- 05:00 – 23:00 Jonnys gym har gratis egentrening
11:00 – 13:00 Sittetrim på Bøheimen, for beboere ved Bøheimen og Skjørøisen omsorgsboliger
11:00 – 13:00 Dagsenteret inviterer til hyggelig samvær i underetasjen på Prix, Straume.

- 12:00 – 13:00 Webinar Nordland fylkeskommune: «Slik får du kontroll på livet» Påmelding www.nfk.no
18:00 – 19:00 Gratis treningstime «StangSterk» med Jorun på Bøpuls. Påmelding tlf. 97716392.
19:00 – 21:00 Bø Gospelkor har åpen øving på Bø menighetshus og ønsker nye medlemmer velkommen
19:30 – 20:30 Gratis treningstime «Høy puls» med Maria Evensen på Haugen bygdehus. Påmelding til Gadus Aktiv på Facebook

Fredag 17. september

- 05:00 – 23:00 Jonnys gym har gratis egentrening
09:00 Bø ungdomsskole har fotball- og aktivitetsdag for skolens elever
12:00 – 13:00 Webinar Nordland fylkeskommune: «Deilig Er Jobben» Påmelding www.nfk.no
18:00 Bingo for beboere ved Bøheimen og Skjørøisen omsorgsboliger
18:00 – 19:00 Gratis treningstime «Step» med Heidi på Bøpuls. Påmelding tlf. 97716392.
18:00 – 20:00 Familiefredag i Bøhallen med åpen kafé. Inngang ved ungdomsklubben.
20:00 – 22:00 Bø volleyballklubb har Smashing fredag i Bøhallen for aldersgruppe 12-18 år. Åpen kafé, ulike konkurranser og utfordringer. Avsluttes med en liten matbit
20:00 – 23:30 Bø ungdomsskole har klubbkveld med åpen hall for ungdom mellom 12-18 år. Gratis skyss hjem

Lørdag 18. september

- 05:00 – 23:00 Jonnys gym har gratis egentrening
13:00 – 14:00 Eventyrstund på biblioteket
20:00 – 22:00 Gjengangere på Losjehytta. Høytlesning av spøkeshistorier

Søndag 19. september

- 05:00 – 23:00 Jonnys gym har gratis egentrening
09:00 – 16:00 Distriktsturnering i volleyball for påmeldte lag. Gratis inngang hos Bø museum.
11:00 – 15:00 Avslutningsarrangement på Fjærvollstranda: Bø Frivilligsentral og Bø utstyrssentral fyrer opp bålpanna, og tar med pølsespidd og utstyr fra sentralen. Ta med stol og bli med ut!

Ditt eget arrangement

Gjør noe snilt for deg selv!

Smittevernstiltak ved alle arrangement:

- Er du syk, hold deg hjemme
- Vask hender eller bruk håndsprit
- Hold 1 meter avstand