



Ill. Jeanette Brandt

## Kom til følgende børnekulturelle arrangementer på Frederiksberg i september 2019

Bemærk venligst, at idrætsforeningerne har opstart på sæson og tilbud om prøvetimer. Foreningerne er placeret forrest med ugedagene som rækkefølge under hver aldersgruppe.

### 0-2 år:

**[Mini-tumle på Frederiksberg.](#)** Familieidræt – leg og aktivitet for børn og forældre. Torsdage fra 5. september – 19. december 2019 kl. 16.30-17.30. Lindevangskolen – drengesalen. Alder 2-3 år. 900,- kr. (1 barn og 1 voksen). Yderligere oplysninger fås på 2341 4911. Arrangør: [Familieidræt.](#)

**[Barselscafe for fædre.](#)** Hver fredag kl. 8.30-11. [Den Bemandede Legeplads i Lindevangsparken.](#) Alder: For fædre på barsel. Fri entré. Ingen tilmelding nødvendig. Yderligere oplysninger fås på 2898 5061. Arrangør: [Den Bemandede Legeplads i Lindevangsparken.](#)

**[Åben Hal.](#)** Lørdage fra den 24. august – 21. december. kl. 9-10(for de 2-4 årige + fam.) og kl. 10-11(for de 4-6 årige + fam.). [Hermeshallen Hal 1-2.](#) Alder: For børnefamilier med børn 2-6 år. Fri entré. Ingen tilmelding nødvendig. Hermeshallen slår dørene op og stiller redskaber til rådighed for småbørnsfamilier, så børn mellem 2 og 6 år sammen med deres forældre kan være aktive. Der vil være instruktører fra det lokale foreningsliv tilstede, som kan sætte gang i aktiviteter og give inspiration til øvelser og lege. Yderligere oplysninger kan fås på 2628 3826 / [Mb@fiu-frederiksberg.dk](mailto:Mb@fiu-frederiksberg.dk). Arrangør: [Frederiksberg Idræts Union](#) i samarbejde med [Frederiksberg Kommune](#) *Denne aktivitet er en del a Bevæg Dig For Livet*

### 3-5 år

**[Åben Hal.](#)** Lørdage fra den 24. august – 21. december. kl. 9-10(for de 2-4 årige + fam.) og kl. 10-11(for de 4-6 årige + fam.). [Hermeshallen Hal 1-2.](#) Alder: For børnefamilier med børn 2-6 år. Fri entré. Ingen tilmelding nødvendig. Hermeshallen slår dørene op og stiller redskaber til rådighed for småbørnsfamilier, så børn mellem 2 og 6 år sammen med deres forældre kan være aktive. Der vil være instruktører fra det lokale foreningsliv tilstede, som kan sætte gang i aktiviteter og give inspiration til øvelser og lege. Yderligere oplysninger kan fås på 2628 3826 / [Mb@fiu-frederiksberg.dk](mailto:Mb@fiu-frederiksberg.dk). Arrangør: [Frederiksberg Idræts Union](#) i samarbejde med [Frederiksberg Kommune](#) *Denne aktivitet er en del a Bevæg Dig For Livet*

**[Miniton i Frederiksberg Badminton Klub.](#)** Lørdage kl. 10-11. [Frederiksberg Badminton klub](#) Alder: 4-7 år. Gratis prøvetræning. Yderligere oplysninger fås på 3045 1887 eller [fbk@fbk-hal.dk](mailto:fbk@fbk-hal.dk). Arrangør: [Frederiksberg badminton klub](#)

**[BADMINITON i DRIVE for de små \(3-8 år\)](#)** Lørdage kl. 10-11. [Mariendalshallen.](#) Alder: For 3-8 år plus forældre. Pris.: 25 kr. pr. gang (betales hver gang). Vi leger, løber, spiller med balloner, spiller med

fjerbolde, øver simple teknikker. Yderligere oplysninger fås på tlf.: 4135 4016 el. mail: [driveusu@gmail.com](mailto:driveusu@gmail.com)  
Arrangør: [Drive Badminton Klub](#)

**Leg og gøgl med Cirkus Panik.** Lørdag den 7. september kl. 13-15. [Alhambra – Museet for humor og satire.](#)  
Alder: For alle. Fri entré. Ingen tilmelding nødvendig. Yderligere oplysninger fås på 3821 2045. Arrangør:  
[Alhambra - Museet for humor og satire.](#)

**Teater: Hattejagten** Lørdag den 21. september– fredag den 18. oktober. Spilletider: Tir.-fre. kl. 10 / Lør. og søn. kl. 13. [Riddersalen.](#) Alder: 5-10 år. Entré. Yderligere oplysninger fås på 3887 1819. Arrangør: [Riddersalen.](#)

## 6-9 år

**Atletik:** Mandage kl. 16-17:15. [Frederiksberg Idrætspark.](#) Alder: 6-7 år. Kontingent (pris oplyses ved henvendelse). Yderligere oplysninger fås på [emiliemarietpersson@gmail.com](mailto:emiliemarietpersson@gmail.com). Arrangør: [FIF – Atletik & Motion](#)

**Familier med fart på.** Familieidræt – leg og aktivitet for børn og forældre. Tirsdage fra 27. august – 8. oktober 2019 kl. 16.45-17.45. [Kube – Frederiksberg.](#) Alder 5-10 år. 400,- kr. (1 barn og 1 voksen). Yderligere oplysninger fås på 2341 4911. Arrangør: [Familieidræt.](#)

**Atletik:** Tirsdage eller torsdage kl. 16-17:15. [Frederiksberg Idrætspark.](#) Alder: 8-9 år. Kontingent (pris oplyses ved henvendelse). Yderligere oplysninger fås på [emiliemarietpersson@gmail.com](mailto:emiliemarietpersson@gmail.com). Arrangør: [FIF – Atletik & Motion](#)

**Ashihara Karate Frederiksberg.** Tirsdage og torsdage kl. 17-18.15. Allégade 24 B, baghuset, 1.-2. sal. Alder: 8-10 år. Kontingent 162,50 kr. om måneden Yderligere oplysninger fås på <http://www.ashihara-frederiksberg.dk> Arrangør: [Ashihara Karate Frederiksberg](#)

**Turbo på Grundtvigsvej.** Familieidræt – leg og aktivitet for børn og forældre. Hver onsdag fra den 4. september – 27. november 2019 kl. 16.15-17.15. [Skolen på Grundtvigsvej – den store sal.](#) Alder 6-8 år. 600,- kr. (1 barn og 1 voksen). Yderligere oplysninger fås på 2341 4911. Arrangør: [Familieidræt.](#)

**København ITF Taekwon-Do klub.** Torsdage kl. 18-19. Bernhard Bangs alle 43. Alder: 8-12 år. Gratis prøvetimer. Yderligere oplysninger fås på 6021 3307. Arrangør: [København ITF Taekwon-Do klub](#)

**Aktiviteter i Den Bemandede Legeplads.** Fredage kl. 15-18, lør - søn kl. 10-15.30. [Den Bemandede Legeplads i Lindevangsparken.](#) Alder: For alle. Yderligere oplysninger kan fås på 2898 5061. Arrangør: [Den Bemandede Legeplads i Lindevangsparken.](#)

**BADMINTON i DRIVE (6-18 år)** Lørdage kl. 9-10 (6-10 år) og kl. 11-12 (10-14 år) [Mariendalshallen.](#) Alder: 6-10 år og 10-14 år. Pris: 850 kr./halvår. Det er nybegynderhold, hvor vi øver grundteknikker, spiller kampe, får masser af motion og så laver klubben en masse sociale arrangementer. Yderligere oplysninger fås på tlf.: 4135 4016 el. mail: [driveusu@gmail.com](mailto:driveusu@gmail.com) Arrangør: [Drive Badminton Klub](#)

**Hjernegymnastik i Skaksalonen.** Lørdage kl. 10-12. Skaklokalet på Hostrupsvej 8, kld. Alder: 5-99 år. Fri entré. Tilmelding via mail på [skakforsjov@gmail.com](mailto:skakforsjov@gmail.com). Yderligere oplysninger fås på 2326 6426. Arrangør: [Skaksalonen](#)

**Selvforsvar for børn.** Søndag fra august til december 2019 kl. 10-11. [Frederiksberg Aikido Klub](#). Alder: 6-16 år. Pris: Første time er gratis, derefter kr. 200 pr. måned. Børnehold, der har det sjovt hver søndag med leg og udviklende øvelser med fokus er på samarbejde, tillid og respekt. Yderligere oplysninger fås på [Frederiksberg Aikido Klubs hjemmeside](#). Arrangør: [Frederiksberg Aikido Klub](#).

**Frederiksberg Ju-Jutsu Klub: Rollingeholdet 6 - 10 år.** Søndage kl. 9-10 og kl. 10-11. [Frederiksberg Ju -Jutsu Klub](#). Alder: 6-10 år. Pris: 475 kr./halvår. Forældre er ikke med på måtten. Børnene lærer udvalgte Ju-Jutsu teknikker - f.eks. at falde uden at slå sig, at kaste og enkle kontrol teknikker. Der er stadig plads til diverse træningslege Yderligere oplysninger fås [her](#). Arrangør: [Frederiksberg Ju-Jutsu Klub](#)

**Workshop: Børne-workshop med billedkunstner Maria Finn.** Søndag den 1. september kl.13. [Møstings Hus](#). Alder: 7-12 år. Fri entré. Tilmelding nødvendig. Yderligere oplysninger fås på 6913 8090 eller [her](#). Arrangør: [Møstings Hus](#)

**Skattejagt på Frederiksberg Hospital.** Onsdag den 4. september kl. 18-20. [Stockflethsvej 2](#). Alder: For hele familien. Fri entré. Ingen tilmelding nødvendig. Kom og vær med, når vi lancerer visionen for udvikling af Frederiksberg Hospital - *hele byens nye kvarter*. Her vil være en spændende skattejagt og arkitekturværksted for børn og lidt mad og drikke - udover selve lanceringen af visionen. Læs mere om projektet [her](#). Yderligere oplysninger fås på 3821 2121 Arrangør: [Frederiksberg Kommune](#)

**Flagdag på Frederiksberg.** Torsdag den 5. september kl. 14-18. Frederiksberg Rådhusplads. Alder: For alle. Fri entré. Ingen tilmelding nødvendig. Oplev en Leopardkampvogn og et pansret mandskabskøretøj. Se 40 soldater fra Den Kongelige Livgarde ankomme til Frederiksberg Rådhusplads. Mød ingeniørregimentet og se "rullemarie" demonstreret mm. Program offentliggøres på frederiksberg.dk. Yderligere oplysninger kan fås på 3821 2121. Arrangør: Frederiksberg Kommune i samarbejde med Hærens Officersskole.

**Klassisk koncert for børn & bamser: Finurlig sang og klaver** Lørdag den 7. september 2019 kl. 11. [KU.BE](#). Alder: 0-8 år. Entré: 40 kr. Yderligere oplysninger fås på tlf. 5122 1538 Arrangør: [Genklange](#)

**Leg og gøgl med Cirkus Panik.** Lørdag den 7. september kl. 13-15. [Alhambra – Museet for humor og satire](#). Alder: For alle. Fri entré. Ingen tilmelding nødvendig. Yderligere oplysninger fås på 3821 2045. Arrangør: [Alhambra - Museet for humor og satire](#).

**Calistenics/Streetworkout – Åben træning.** Søndage den 15., 22. og 29. september kl. 10-11. Kilevej 14, (mellem Nordre Fasanvej Station og CBS). Alder: Fra 8 år og opefter. Gratis. Kom og prøv funktionel træning på helt nyt udendørs anlæg – og tag gerne din mor eller far med. Medbring tøj og sko, du kan bevæge dig i udendørs. Yderligere oplysninger fås [her](#). Arrangør: [Team Vici](#)

**Udstilling og konkurrence:** Prøv den digitale poesimaskine. Fra tirsdag den 17. september. [Biblioteket Frederiksberg](#). Alder: Fra 6 år. Fri adgang. Find på ord, der elsker hinanden, sig det med emojis eller vær med i den rappe scorekonkurrence. I september sætter Biblioteket fokus på den store kærlighedsfortælling i både voksen- og børnehøjde. Yderligere oplysninger fås på 3821 1800. Arrangør: [Børnebiblioteket](#).

**Digidays på Biblioteket.** En verden i Virtual Reality. Tirsdag den 17 - torsdag den 19. september. [Biblioteket Frederiksberg](#). Alder: Fra 6 år. Fri adgang. Tilmelding nødvendig. Kom og prøv en række sjove virtual reality-oplevelser. Du kan prøve en tur i rutsjebanen, at vinde i virtuel bueskydning, se en film i virtual reality og meget andet. Læs mere på [www.fkb.dk](#). Yderligere oplysninger fås på 3821 1800. Arrangør: [Biblioteket Frederiksberg – Frederiksberg Learning Lab](#).

**Teater: Hattejagten** Lørdag den 21. september– fredag den 18. oktober. Spilletider: Tir.-fre. kl. 10 / Lør. og søn. kl. 13 Riddersalen. Alder: 5-10 år. Entré. Yderligere oplysninger fås på 3887 1819. Arrangør: Riddersalen.

## **10-14 år**

**#mondaytakeover – Mandagsklubben for unge af unge i KU.BE.** Mandage kl. 14.30 – 18. KU.BE. Fri entré. Ingen tilmelding nødvendig. Alder: 12-18 år. Yderligere oplysninger fås på tlf. 2898 0924. Arrangør: KU.BE

**Atletik: Børnehold 3.** Mandage og fredage kl. 16-17:15. Frederiksberg Idrætspark. Alder: 10-13 år. Kontingent (pris oplyses ved henvendelse). Yderligere oplysninger fås på erikkold@hotmail.com. Arrangør: FIF – Atletik & Motion

**Ashihara Karate Frederiksberg.** Mandage og onsdage kl. 17-18.15. Allégade 24 B, baghuset, 1.-2. sal. Alder: 10-15 år. Kontingent 162,50 kr. om måneden Yderligere oplysninger fås på http://www.ashihara-frederiksberg.dk Arrangør: Ashihara Karate Frederiksberg

**Frederiksberg Ju-Jutsu Klub: Juniorholdet 10 - 13 år.** Mandage og onsdage kl. 17-18.15. Frederiksberg Ju - Jutsu Klub. Alder: 10-13 år. Pris: 600 kr./halvår. Træningen består af en god blanding af træningslege, selvforsvarsteknikker, Duo og Fighting og forskellige træningsformer. Her får man prøvet alle aspekter af Ju-Jutsu i løbet af en sæson. Yderligere oplysninger fås her. Arrangør: Frederiksberg Ju-Jutsu Klub

**Frederiksberg Ju-Jutsu Klub: Teen - holdet 13 - 16 år.** Mandage og onsdage 17-18.15. Frederiksberg Ju - Jutsu Klub. Alder: 13-16 år. Pris: 600 kr./halvår. Der vil være fokus på at komme i bedre grundform - både konditions - og styrkemæssigt. Derudover er der fokus på Ju-Jutsu grundteknik, pensum (bælte) - træning og selvforsvar. Det sociale vægtes højt og udgangspunktet for alt, hvad vi laver er at det skal være sjovt at dyrke Ju-Jutsu. Yderligere oplysninger fås her. Arrangør: Frederiksberg Ju-Jutsu Klub

**Atletik: Børnehold 2.** Tirsdage og fredage kl. 16-17:15. Frederiksberg Idrætspark. Alder: 10-13 år. Kontingent (pris oplyses ved henvendelse). Yderligere oplysninger fås på kobberoe@running26.dk. Arrangør: FIF – Atletik & Motion

**København ITF taekwon-Do klub.** Tirsdage og torsdage kl. 18-19. Bernhard Bangs alle 43. Alder: 10-14 år. Gratis prøvetimer. Yderligere oplysninger fås på 6021 3307. Arrangør: København ITF taekwon-Do klub

**Ungdomsløbehold:** Tirsdage og torsdage kl. 17-18:30. Frederiksberg Idrætspark. Alder: 11-15 år. Kontingent (pris oplyses ved henvendelse). Yderligere oplysninger fås på atletikfreak@gmail.com. Arrangør: FIF – Atletik & Motion

**Kidsvolley for de mindste.** Torsdage kl 16. Kedelhallen. Alder: 9-12 år. Kontingent oplyses ved henvendelse. Yderligere oplysninger fås på 2329 4868 Arrangør: Frederiksberg Volley – Årets Ungdomsklub

**Ki- Aikido for juniorer: Kampkunst for juniorer (prøvetime Ki-Aikido)** Lørdage fra den 31. august 2019 – lørdag den 27.juni 2020 kl. 11-12 . Kedelhallen. Alder: 8-16 år. Pris: Kontingent hvis man fortsætter: 600 kr./halvår. Aftal venligst prøvetime inden pågældende lørdag. Yderligere oplysning fås på 6035 2455. Arrangør: Ki og Aikido Dojo

**BADMINTON i DRIVE (6-18 år)** Lørdage kl. 9-10 (6-10 år) og kl. 11-12 (10-14 år) Mariendalshallen. Alder: 6-10 år og 10-14 år. Pris: 850 kr./halvår. Det er nybegynderhold, hvor vi øver grundteknikker, spiller kampe,

får masser af motion og så laver klubben en masse sociale arrangementer. Yderligere oplysninger fås på tlf.: 4135 4016 el. mail: [driveusu@gmail.com](mailto:driveusu@gmail.com) Arrangør: [Drive Badminton Klub](#)

**Hjernegymnastik i Skaksalonen.** Lørdage kl. 10-12. Skaklokalet på Hostrupsvej 8, kld. Alder: 5-99 år. Fri entré. Tilmelding via mail på [skakforsjov@gmail.com](mailto:skakforsjov@gmail.com). Yderligere oplysninger fås på 2326 6426. Arrangør: [Skaksalonen](#)

**Workshop: Børne-workshop med billedkunstner Maria Finn.** Søndag den 1. september. Kl.13. [Møstings Hus](#). Alder: 7-12 år. Fri entré. Tilmelding nødvendig. Yderligere oplysninger fås på 6913 8090 eller [her](#). Arrangør: [Møstings Hus](#)

**Skattejagt på Frederiksberg Hospital.** Onsdag den 4. september kl. 18-20. [Stockflethsvej 2](#). Alder: For hele familien. Fri entré. Ingen tilmelding nødvendig. Kom og vær med, når vi lancerer visionen for udvikling af Frederiksberg Hospital - *hele byens nye kvarter*. Her vil være en spændende skattejagt og arkitekturværksted for børn og lidt mad og drikke - udover selve lanceringen af visionen. Læs mere om projektet [her](#). Yderligere oplysninger fås på 3821 2121 Arrangør: [Frederiksberg Kommune](#)

**Flagdag på Frederiksberg.** Torsdag den 5. september kl. 14-18. Frederiksberg Rådhusplads. Alder: For alle. Fri entré. Ingen tilmelding nødvendig. Oplev en Leopardkampvogn og et pansret mandskabskøretøj. Se 40 soldater fra Den Kongelige Livgarde ankomme til Frederiksberg Rådhusplads. Mød ingeniørregimentet og se "rullemarie" demonstreret mm. Program offentliggøres på [frederiksberg.dk](http://frederiksberg.dk). Yderligere oplysninger kan fås på 3821 2121. Arrangør: Frederiksberg Kommune i samarbejde med Hærens Officersskole.

**Fodtennistævne i KU.BE** Søndag den 8. september kl. 10-14. [KU.BE](#). Alder: Fra 10 år. Fri entré. Ingen tilmelding nødvendig. Yderligere oplysninger fås på tlf. 2974 0420 Arrangør: [fodtennis.dk](http://fodtennis.dk)

**Calistenics/Streetworkout – Åben træning.** Søndage den 15., 22. og 29. september kl. 10-11. Kilevej 14, (mellem Nordre Fasanvej Station og CBS). Alder: Fra 8 år og opefter. Gratis. Kom og prøv funktionel træning på helt nyt udendørs anlæg – og tag gerne din mor eller far med. Medbring tøj og sko, du kan bevæge dig i udendørs. Yderligere oplysninger fås [her](#). Arrangør: [Team Vici](#)

**Fotokursus for børn og unge.** Søndag den 15. september kl. 10 – 13 og søndag den 22. september kl. 10.00 – 12.00. Engtoftevej 5, kld. Alder: 10-16 år. Pris: 590 kr. for begge dage inkl. materialer. Elsker du at tage fotos? Drømmer du om at finde det gode motiv og få flere fototips? Så tag med fotograf Jens Hemmel og arkitekt Julie Dufour på jagt efter gode motiver på Frederiksberg. Det kræver ingen forudsætninger for at deltage, kun nysgerrighed og lyst til at lære mere. Vi stiller kameraer til rådighed for alle på førstedagen, og på anden dagen har vi printet dine bedste fotos, som vi sammen bearbejder og sammensætter til din helt egen fotokunst. *Kursus gennemføres ved minimum 10 tilmeldinger.* Yderligere oplysninger fås på 2075 1733. Arrangør: [Julie Dufour](#) (All about A) og [Jens Hemmel](#).

**Udstilling og konkurrence:** Prøv den digitale poesimaskine. Fra tirsdag den 17. september. Biblioteket Frederiksberg. Alder: Fra 6 år. Find på ord, der elsker hinanden, sig det med emojis eller vær med i den rappe scorekonkurrence. I september sætter Biblioteket fokus på den store kærlighedsfortælling i både voksen- og børnehøjde. Fri adgang. Yderligere oplysninger fås på 3821 1800. Arrangør: [Børnebiblioteket](#).

**Digidays på Biblioteket.** Programmér robotdronen. Tirsdag den 17 - torsdag den 19. september. [Biblioteket Frederiksberg](#). Alder: Fra 10 år. Fri adgang. Tilmelding nødvendig. Du lærer at programmere en drone, så den helt selv kan gennemflyve en forhindringsbane. Vi bruger et simpelt visuelt programmeringssprog, så

alle kan være med. Læs mere på [www.fkb.dk](http://www.fkb.dk). Yderligere oplysninger fås på 3821 1800. Arrangør: [Biblioteket Frederiksberg – Frederiksberg Learning Lab](#).

**Digidays på Biblioteket.** Klubaften i Coding Pirates. Tirsdag den 17 - torsdag den 19. september. [Biblioteket Frederiksberg](#). Alder: Fra 10 år. Fri adgang. Vær med til en klubaften i Coding Pirates (fra 9 år til voksen). Kom og deltag i en typisk klubaften i Coding Pirates, hvor du kan prøve at arbejde med micro:bit, Scratch, virtual reality og andre sjove digitale læremidler. Tilmelding nødvendig. Læs mere på [www.fkb.dk](http://www.fkb.dk). Yderligere oplysninger fås på 3821 1800. Arrangør: [Biblioteket Frederiksberg – Frederiksberg Learning Lab](#).

### Til skoler:

**BUSTER 2019.** Frederiksberg i Fællesskab. Mandag den 23. september – søndag den 6. oktober. Ku.BE, Hovedbiblioteket mm. Pris: Fra 17 kr. Se hele programmet på [buster.dk](http://buster.dk) fra ultimo august.

### Andet:

**Goldendays.** Lørdag den 7. – mandag den 23. september. Forskellige lokationer. Alder: For flere aldre. Se [program](#).

**Festival for Verdensmålene.** Fredag den 13. september kl. 9-19 og lørdag den 14. september kl. 10-16. Solbjerg Plads. Alder: Fra 10 år.

**Copenhagen Half Marathon.** Søndag den 15. september kl. 11.15-14.15. København og Frederiksberg. Se rute [her](#).

**Åbning af Cityringen.** Søndag den 29. september. Flere stationer på Frederiksberg. Alder: For alle. Program offentliggøres på [oplevel.frederiksberg.dk](http://oplevel.frederiksberg.dk).

Næste InfoMail udkommer ultimo september

Hent By - & Kulturmagasinet på dit bibliotek.

Ønsker du at afmelde InfoMailen - send mail med tekst i emnefeltet: Afmeld InfoMail til: [krbe02@frederiksberg.dk](mailto:krbe02@frederiksberg.dk) OBS: Om du benytter du videresendelse-service fra gammel til ny mailadresse, er det vigtigt, at du sender den oprindelige mailadresse med , da vi ikke har andre oplysninger end mailadressen at søge efter.