

| | Mandag | Tirsdag | Onsdag | Torsdag | Fredag |
|---------------------------|---|--|--|---|--|
| 6.00-7.30 | Gåtur - frivillig | Svømning - frivillig | Gåtur - frivillig | Svømning – frivillig | Gåtur - frivillig |
| 7.30-8.00 | Morgenmad | Morgenmad | Morgenmad | Morgenmad | Morgenmad |
| 8.15-9.00 | Morgensamling "Fortælling" | Morgensamling | Morgensamling | Morgensamling "Debat" | Morgensang 9.00-10.30 Motion og bevægelse 11.00 Weekendmøde |
| Formiddags lektioner | 9.45 -11.15 Motion og bevægelse | 9.00-10.30 Mad og krop Egen tid | 9.15-10.15 Motion og bevægelse 10.45-12.00 Nye Horisonter | Frivillig vejning 10.00-11.30 Valgfag – 1,5 time | |
| 12.00-12.30 | Middag | Middag | Middag | Middag | Middag |
| 12.30-13.00 | Opvask | Opvask | Opvask | Opvask | Opvask |
| Eftermiddags Lektioner | 13.00-15.00 Valgfag – 2 timer 15.00-18.00 Samværslærer | 13.00-16.00 Valgfag – 3 timer | 13.00-16.00 Nye Horisonter | 13.00-15.00 Livstræet 15.00-18.00 Samværslærer | 13.00-15.00 Tema fredag |
| 17.00-18.00 | Praktisk tjans | Praktisk tjans | Praktisk tjans | Praktisk tjans | Praktisk tjans |
| 18.00-18.30 | Aftensmad | Aftensmad | Aftensmad hold 1 | Aftensmad | Aftensmad |
| 18.30-19.00 | Opvask | Opvask | Opvask | Opvask | Opvask |
| Aften Lektioner | 19.00-20.30 Samværslærer | 19.00-20.30 Kreativt værksted | | 19.00-21.00 Højskoleaften | |
| 20.30-21.00 | Aftenkaffe | Aftenkaffe | Aftenkaffe | Aftenkaffe | |