

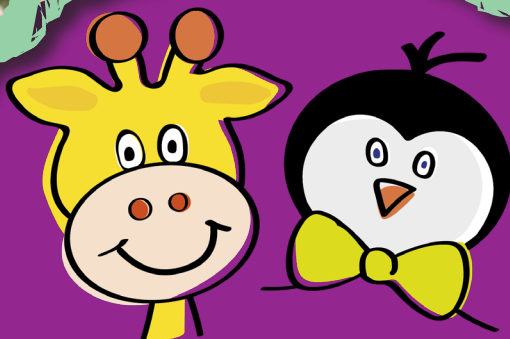


Høje-Taastrup
Kommune

AKTIV FRITID

for småbørn og familier

2025-2026



KOM OG LEG MED TRILLE OG TUMLE

Hej!

Jeg hedder Trille, og det her er
min bedste ven Tumle.

Vi elsker at bevæge os
og lave sjove aktiviteter
sammen.

Vil I være med?

Kig i folderen og
få gode idéer!

Leg, bevægelse og sjove
aktiviteter udvikler og
styrker dit barn på rigtig
mange måder.



Velkommen til fantastiske foreningsfællesskaber

Høje-Taastrup Kommune har masser af fantastiske foreninger, hvor du kan være aktiv sammen med andre og dyrke den fritidsaktivitet, du har lyst til. Foreningslivet er for alle, der har lyst til at være med. Du bliver en del af et fællesskab, får nye venner og oplevelser, og du lærer helt sikkert en masse nyt, du kan bruge resten af livet.

Foreningerne i dette katalog er dem, som udbyder aktivitet til dig i alderen 6-18 år. Vær opmærksom på, at foreningerne ikke nødvendigvis har ledige pladser på alle deres hold, så hold øje med foreningernes hjemmeside eller kontakt fritidsvejlederne for mere information.

Brug for hjælp?

Har du brug for hjælp til at finde en forening eller finde ud af, hvilken fritidsaktivitet, der kunne passe dit barn, så kontakt fritidsvejledningen.



Mail: fritidsvejledning@htk.dk

Telefon: 30531803

Broen kan hjælpe

Det er forskelligt, hvad fritidsaktiviteterne koster, men de fleste koster mellem 100 og 200 kroner om måneden. Pengene går blandt andet til foreningernes udgifter til udstyr. Hvis I har brug for økonomisk støtte til børnenes deltagelse i fritidsaktiviteten, kan I søge støtte gennem Broen Høje-Taastrup.

Mere information og ansøgning om støtte:



BROEN Høje-Taastrup

Mail: info@broen-hoejetaastrup.dk

BROEN

Telefon: 4011 5913

HØJE-TAASTRUP www.broen-danmark.dk/hoejetaastrup

Aktivitetstilbud

-til dig med børn i 0-5-års alderen.

Denne folder er til dig med børn i 0-5-års alderen.
Folderen viser, hvor du og din familie kan gå til sjove aktiviteter i kommunen.

Børn elsker at lege og bevæge sig
– så kig nærmere i folderen og skynd
dig at melde jer til nogle af alle de
fantastiske tilbud!



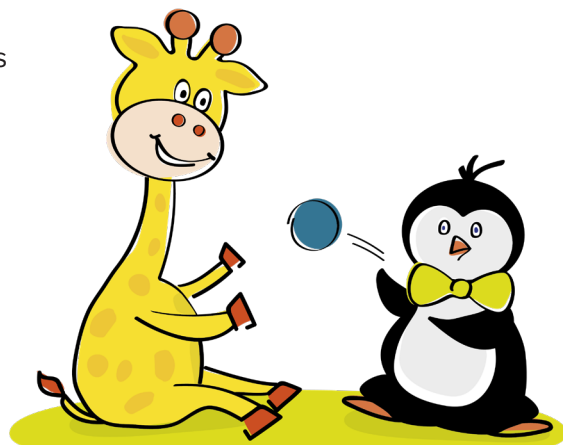
Videoer til inspiration

-til dig med børn i 0-3-års alderen.

Trille og Tumle har lavet 10 små videoer, som giver idéer til, hvordan
du som forælder kan hjælpe dit barns motoriske udvikling i de første
leveår (0-3 år).

Videoerne viser idéer til leg og bevægelse, som I kan lave i hverdagen
derhjemme.

Find videoerne på
Høje-Taastrup Kommunes
hjemmeside www.htk.dk
eller ved at scanne
QR koden:



Indhold

Babysalmesang	.6
Fodbold	.6
Gymnastik	.7
Håndbold	.7
Leg og familieaktiviteter	.7
Musik	.8
Selvforsvar	.8
Spejder	8-9
Svømning	.9



Babysalmesang

Taastrup Nykirke

Taastrup

Alder: 0-3 år med voksen

Hjemmeside:

www.taastrupnykirke.dk

Ansgarkirken

Hedehusene

Alder: 0-3 år med voksen

Hjemmeside:

www.hedehusenekirke.dk

Høje Taastrup Kirke

Høje Taastrup

Alder: 0-3 år med voksen

Hjemmeside:

www.hoejetaastrupkirke.dk

Rønnevang Kirke

Taastrup

Alder: 0-1½ år med voksen

Hjemmeside:

www.roennevangkirke.dk

Fløng Kirke

Fløng

Alder: 0-1 år med voksen

Hjemmeside:

www.floengkirke.dk



Fodbold

Fløng Hedehusene Fodbold

Fløng Hedehusene

Alder: 0-4 år med voksen

Hjemmeside:

www.fhfodbold.dk

Sengeløse GIF Fodbold

Sengeløse

Alder: 2-5 år med voksen

Hjemmeside:

www.facebook.com/sgiffodbold.dk

Taastrup Idrætsforening

Høje Taastrup

Alder: 0-3 år med voksen

Hjemmeside:

www.taastrupif.dk

Taastrup FC

Taastrup

Alder: 3-5 år med voksen

Hjemmeside: [www.taastrup](http://www.taastrup.dk)

Charlotteager Fodbold Klub

Hedehusene

Alder: 2-5 år med voksen

Facebook: Boldleg på Charlotteskolen - CFK

Høje Taastrup Parasport

(målrettet børn med særlige behov)

Taastrup

Alder: 3-6 år med voksen

Facebook: Høje Taastrup Parasport



Gymnastik

Fløng Hedehusene Gymnastik

Fløng Hedehusene

Alder: Fra 1 år med voksen

Hjemmeside:

www.fhigymnastik.dk

Hedehusene Gymnastik Forening

Hedehusene

Alder: Fra 1 år med voksen

Hjemmeside:

www.hedehusenegf.dk

Hedehusene Idrætsforening

Hedehusene

Alder: Fra 2 år med voksen

Hjemmeside:

www.hedehuseneif.dk

Taastrup Gymnastik Forening

Taastrup

Alder: Fra 0 år med voksen

Hjemmeside:

www.tgf.dk

TIK Gymnastik

Taastrup

Alder: Fra 1 år med voksen

Hjemmeside:

www.tik-gymnastik.dk

Sengeløse Idræt

Sengeløse

Alder: Fra 2 år med voksen

Hjemmeside:

www.sengeløseidræt.dk



Håndbold

TIK Håndbold

Taastrup

Alder: 0-5 år

Hjemmeside:

www.tik-haandbold.dk

Fløng Hedehusene Håndbold (FHH90)

Fløng Hedehusene

Alder: Fra 2 år med voksen

Hjemmeside:

www.fhh90.dk



Leg & Familieaktiviteter

Familiens Hus

Høje Taastrup

Alder: 0-6 år

Hjemmeside:

www.familienshus.htk.dk



Musik

Høje Taastrup Musikskole

Høje Taastrup

Alder: 0-6 år

Hjemmeside:

www.khtk.dk/musikskolen-i-hoeje-taastrup



Kampidræt

Krav Maga Taastrup

Taastrup

Alder: Fra 4 år med voksen

Hjemmeside:

www.kravmagataastrup.dk



Spejder

DDS Jacala

Sengeløse

Alder: 3-6 år med voksen

Hjemmeside:

www.jacala.dk/sengeloese-familiespejd

De grønne pigespejdere

Taastrup

Alder: 3-5 år med voksen

Hjemmeside:

www.pigespejder.dk/taastrup

FDF Hedehusene

Hedehusene

Alder: 2-5 år med voksen

Hjemmeside:

www.fdfhedehusene.dk

KFUM Taastrup

Taastrup

Alder: 3-6 år med voksen

Hjemmeside:

www.taastrupspejder.dk/familie-spejder

DDS Wagandoo

Taastrup

Alder: 3-6 år med voksen

Hjemmeside:

www.wagandoo.dk/familiespejd-0

FDF Høje-Taastrup

Taastrup

Alder: 3-6 år med voksen

Hjemmeside:

www.fdf.dk/hojetaastrup/proev-familie-fdf-hos-fdf-hoeje-taastrup/



Svømning

Fløng-Hedehusene Svømmeklub

(FHISK)

Fløng Svømmehal,

Alder: Fra 0 år med voksen

Hjemmeside:

www.fhisk.dk

Swin Team Taastrup (STT)

Taastrup Svømmehal,

Alder: Fra 0 år med voksen

Hjemmeside:

www.sttsvoem.dk

Reerslev IF svømning

Fløng Svømmehal

Alder: Fra 0 år med voksen

Hjemmeside:

www.reerslevif.dk/svomning





HENT APP'en

Jazz i Kulturcentret, åbent hus i Vandtårnet eller cykeltur med vennerne: find de fede oplevelser nær dig.



NU PÅ
Google Play



Hent i
App Store

Hent app'en her



GOD FORNØJELSE I DE FANTASTISKE FORENINGER



**Høje-Taastrup
Kommune**

Fritid- og Kulturcentret

Rådhusvænget 1
2630 Taastrup
www.htk.dk

Aktiv Fritid for småbørn og familier
Udgivet 8. oktober 2025