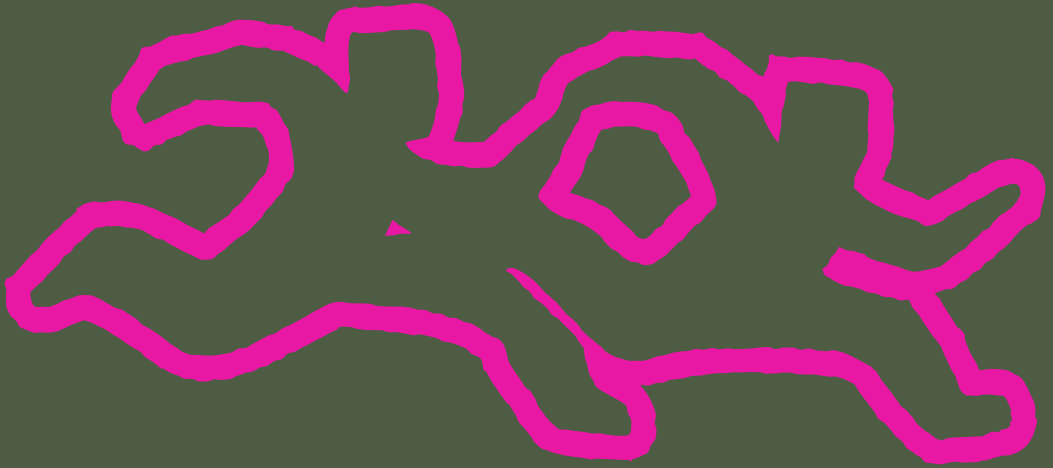


Hej forældre!



STEDER FOR BØRN OG UNGE



I VORES KVARTER

En folder til dig, der er nysgerrig på de mange steder og aktiviteter for børn og unge i Haraldsgadekvarteret.



UDGIVET AF

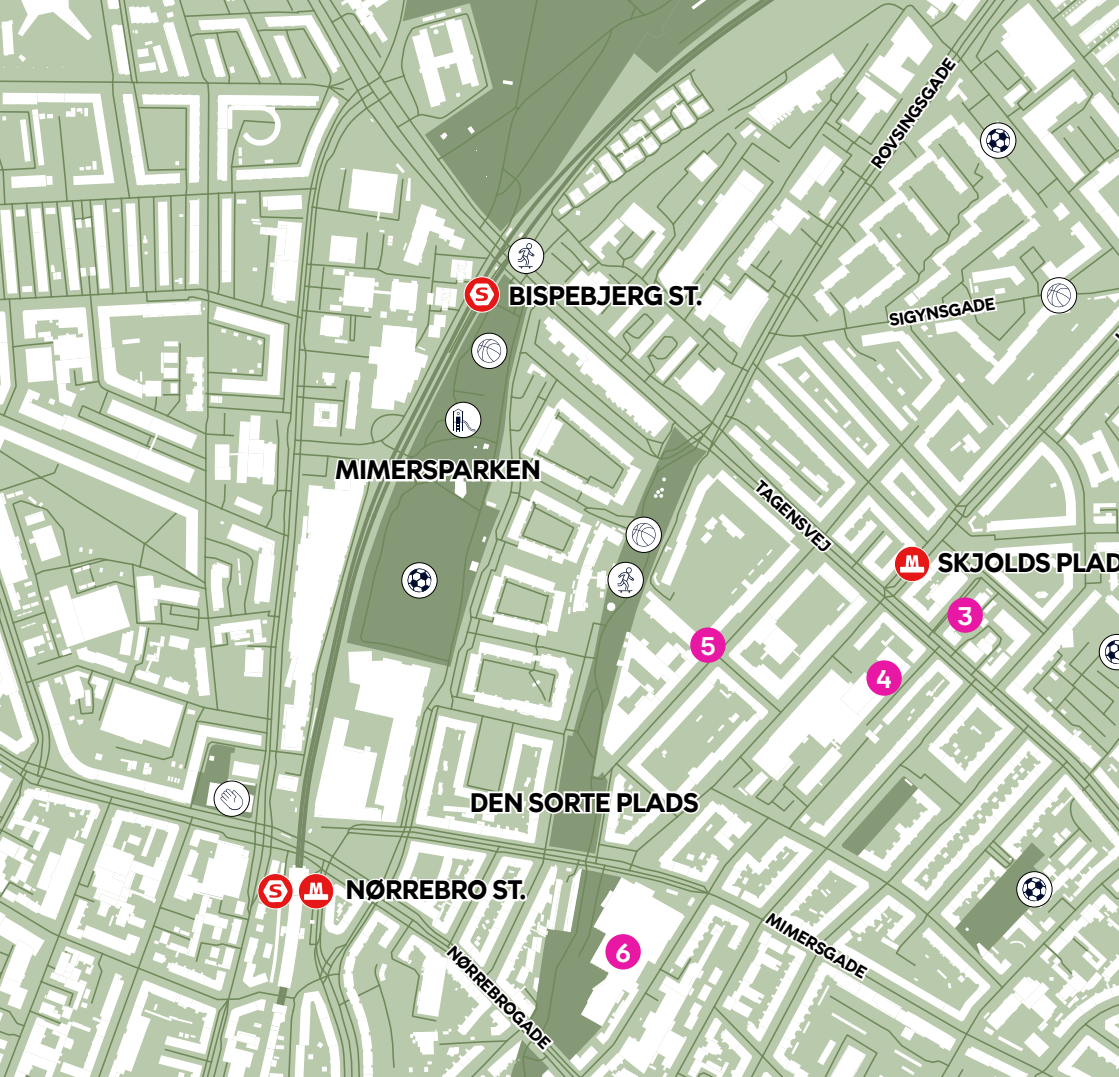
Områdefornyelsen ved Skjolds Plads
Teknik- og Miljøforvaltningen
Københavns Kommune
Marts 2026

Et kvarter fyldt med liv, fællesskab & gode oplevelser for børn & unge

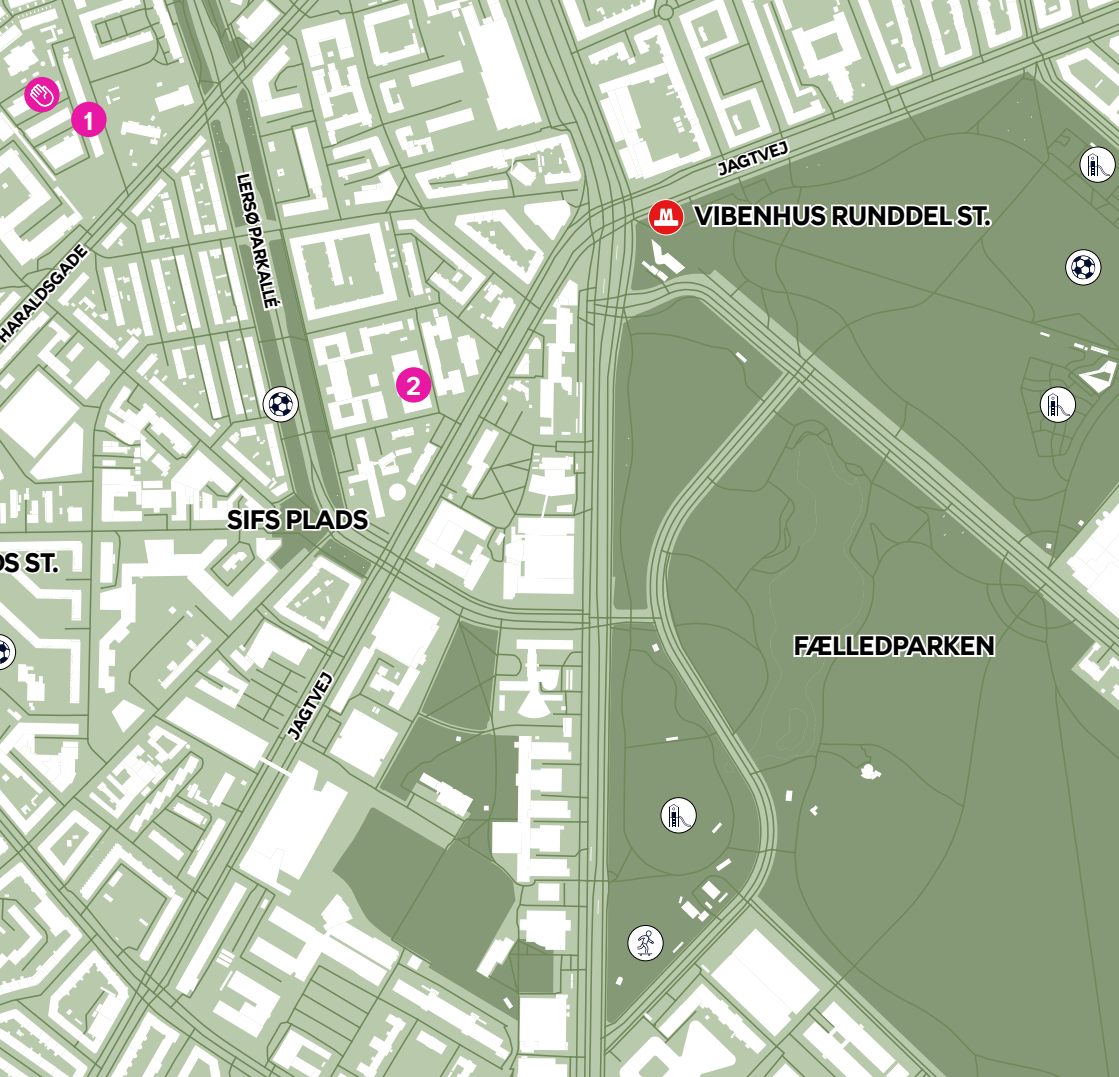
I denne folder finder du et udvalg af spændende tilbud i lokalområdet – fra sport til sociale fællesskaber. Her er plads til alle børn og unge, uanset om man vil være kreativ, hænge ud med venner eller prøve noget nyt.

Kom som I er – vi glæder os til at byde jer velkommen!





**Find fællesskaber
& sjove oplevelser
tæt på dig**



- 1 KBH+
- 2 Nørre Fælled Hallen
- 3 Osramhuset
- 4 RCYN - RessourceCenter
Ydre Nørrebro
- 5 Ungeværket Heimdalsgade 39
- 6 Nørrebrohallen

-  Copenhagen Muay Thai
-  Fodboldbane
-  Basketbane
-  Skate & løbehjul
-  Legeplads

+A97*

01

KBH+

KBH+ er et kreativt unge- og kulturhus, hvor du selv er med til at forme stedet.

Du kan deltage i kreative aktiviteter som strik og upcycling. Der er et lydstudie, en teatersal og et Body & Soul-studie med bl.a. yoga og dans.

Er du mellem 14 og 17 år, kan du blive en del af vores Ungeværk, som hver uge laver en masse spændende aktiviteter.

Har du lyst til et rent pigefællesskab, så kom og besøg Pigeklubben, som har sit eget lokale - et hyggeligt rum med samtalehjørne, fælles aktiviteter og lektiehjælp. Det gratis og kræver ingen tilmelding.

Er du mellem 18 og 25 år, er 18+ Klubben åben for dig alle ugens dage. Klubben har et træningsområde, et stort fællesrum med sofaer, bordtennis og gaming. I køkkenet laver vi mad sammen en gang om ugen. Der er pædagogisk personale til stede, som står til rådighed i hele åbningstiden.

Husets Café+ er åben mandag-fredag, hvor du kan købe billig barista-kaffe og kolde sodavand. Følg med på vores instagram kbhplus for mere info.

KBH+
ASKOVFONDEN

ÅBNINGSTIDER

Man-Tor: 09.00 — 17.00

Fre: 09.00 — 15.00

ADRESSE

Emblasgade 175, København Ø

HJEMMESIDE

kbhplus.dk





Aktiviteter i KBH+

FÆLLESKAB

Fællespisning i Pigeklubben

Lektiecafé i Pigeklubben

Madlavning

MUSIK & KREA

Graffiti

Krea- og samtalehjørne i Pigeklubben

Musikstudie i Pigeklubben

Strikkeklub hos Rewairdk

Teater i Pigeklubben

Upcycling workshop med Rewairdk

RÅDGIVNING & FORLØB

Job og Udd.vejledning

Projektakademi (projektlederuddannelse)

Ungeværk, Klubben

SPORT & BEVÆGELSE

Dans for unge

Styrketræning

Yoga

Nørre Fælled Hallen

02



Nørre Fælled Hallen

Kvarterets nye lækre sportshal summer af liv, fællesskab og rekordhøj svedproduktion.

Den nye sportshal ved Nørre Fælled Skole er blevet et samlingspunkt i kvarteret med mange forskellige idrætsforeninger.

Atletikinteresserede kan glæde sig over de specialdesignede områder med kastebur, løbebane og moderne træningsudstyr. Er du interesseret i atletik? Så tag fat i foreningerne Sparta og Københavns Idrætsforening (KIF).

I tilknytning til hallen finder du en 4,5 meter høj bouldervæg, hvor både børn og unge kan prøve kræfter med klatring. Væggen er skabt med fokus på børnevenlige ruter, og det er Nørrebro Klatreklub, der står bag de mange sjove og lærerige aktiviteter.

Er du mere til boldspil, kan du blive en del af fodboldklubben Skjold. Er basketball mere din stil? Så er Foreningen Lundehus klar til at tage imod dig med åbne arme og masser af træningsglæde.

Uanset om du vil prøve en ny sport, møde folk fra lokalområdet eller bare få sved på panden, er du hjerteligt velkommen – foreningerne står klar til at tage imod dig i fællesskabet!



ÅBNINGSTIDER

Man-Fre: 8.00 — 20.00

Lør-Søn: 10.00 — 20.00

ADRESSE

Biskop Krags Vænge 7,
København Ø





Aktiviteter i Nørre Fælled Hallen

BOLDSPIL

Fodbold med Boldklubben Skjold

bkskjold.dk

Lundehus Basket

lundehusbasketball.dk

SPORT & BEVÆGELSE

Københavns Idræts Forening (KIF)

kif-atletik.dk

Nørrebro Klatreklub

nkk.klub-modul.dk/

Sparta

sparta.dk

Osramhuset

OSRAM

03

Osramhuset

Haraldsgadekvarterets lokale kulturhus med masser af aktiviteter og et stærkt lokalt engagement.

Inde i den smukke, gamle industribygning på Valhalsgade ligger kulturhuset Osramhuset. Her finder du et væld af foreninger, der tilbyder alt fra dansehold til gratis psykosocial rådgivning til unge med minoritetsbaggrund.

Osramhuset har mange arrangementer og holdforløb for familier på barsel, og hver mandag og onsdag kan man gratis komme til legestue. Derudover er Osramhuset synlige i gadebilledet fx når vi holder børnemusikfestival og julestue. Det er også muligt at leje Osramhusets lokaler til private fester, fx navngivning eller børnefødselsdage, se mere på hjemmesiden.

I baggården ligger vores grøntmarked Grønne Bønner, hvor du kan lære om regenerativt landbrug, og vores nye udekøkken og værksted kommer til at rumme nye aktiviteter i 2026 og frem. Osramhuset er nemlig i rivende udvikling, og der er altid plads til nye idéer. Vil du lave et arrangement eller en fast aktivitet, er du altid velkommen til at kontakte os!

Huset er bemandedt i dagtimerne og ellers åbent via selvbetjening mandag-søndag kl. 8-22.



ÅBNINGSTIDER

Man-Søn: 8.00 — 22.00

ADRESSE

Valhalsgade 4
København N

E-MAIL

osramhuset@kk.dk





Aktiviteter i Osramhuset

DANS

Global Kidz (Afrobeat, verdensdans, breaking)

globalkidz.dk

World dance Academy (Afrobeat og dancehall)

worlddanceacademy.dk

KREA

Keramik med Rum For Opfindsomhed

rumforopfindsomhed.com

MUSIK

Kor med Nørrebrokoret

2200kor.dk

Musikundervisning med MusikMusik v. Rune Lohse

rune.lohse@gmail.com

Scene N

[Tjek på Facebook](#)

ResourceCenter Ydre Nørrebro

1923

LEKTICAFÉ
KAMPUSKAFÉ - BÅN
UNDERVÆRNING
IT-LAB - PARKOUR
HØRNINGSTOUR
CYKLETTUR LÅN
CYKLETTUR LÅN
FISKELØBEN
HØRNINGSTOUR

HCYN

04

RessourceCenter Ydre Nørrebro

**RessourceCenter Ydre Nørrebro er et
aktivitetscenter for unge mellem 13-18 år.**

Du kan gå til Kickboxing, Parkour, Thaiboksning, Fodbold, Funktionel Træning, Karate og Calisthenics. RCYN har også Baristakursus, Madklub, Outdoor ture og IT-Lab.

Lederskabsuddannelsen Youth Lab er for dig på 16-24 år, der vil udvikle dig og gøre en forskel i dit lokalområde.

I Lektiecaféen kan du få hjælp til dine lektier og opgaver fire dage om ugen. De frivillige kan også hjælpe dig med at ansøge UngePuljen, hvis du har en idé til en ny aktivitet for unge. Puljen styres af RCYN's unge i Ungeudvalget.

Aktiviteterne i RCYN er drevet af frivillige, fordi de er lokalområdets vigtigste ressource. Vi går op i at styrke unges uddannelse og engagement i fælles aktiviteter. Vi tror på, at alle børn og unge har ressourcer, der kan styrkes igennem netværk, kulturel mangfoldighed og gensidig respekt.

Kom forbi mandag-torsdag, hvis du vil vide mere.



ÅBNINGSTIDER

Man-Fre: 15.00 — 21.00

Lør: 10.00 — 16.00

ADRESSE

Tagensvej 85D, København N

HJEMMESIDE

rcyn.dk





Aktiviteter i RCYN

FÆLLESSKAB

Kodning i Kodeklubben

Lektiecafé

Madklub

Musikstudie

RÅDGIVNING OG FORLØB

Baristakursus

Biologiundervisning

Matematikundervisning

Youth Lab (Lederuddannelse for unge)

SPORT OG BEVÆGELSE

Calisthenics med CORE

Copenhagen Muay Thai copenhagenmuaythai.com

Copenhagen Parkour cphparkour.com

Fodbold med Nørrebro FF norrebro-ff.dk

Funktionel træning med Fit Foundation

Hiphopdans med Nanna

Karate med karateklubben Kenzoku kenzoku-karate.dk

Kickboksning med Nørrebro Fighters norrebro-ff.dk

Nørrebro Parkour norrebroparkour.unioo.info

Nørrebro Rangers

ShinKen-do

Ingerværk Heimdalsgade 39

05

Ungeværk Heimdalsgade 39

Alle skal føle sig set og hørt, og have indflydelse på hverdagen i klubben.

Klubben er for unge mellem 14-18 år. Her kender vi hinandens navne og hilser på hinanden. Medarbejdere har fokus på at være tilgængelige og nærværende og støtter gode snakke – både unge imellem og mellem unge og voksne.

Vi har masser af daglige aktiviteter – heriblandt fitness, E-sport, playstation, musikstudie og et kreaværksted, hvor kun fantasien sætter grænser. Vores store køkken indbyder til alt fra bolsjeværksted til madlavning, og hver tirsdag har vi fællesspisning, hvor du kan være med til at lave maden.

Du kan også blive en del af Nørrebro Idrætsklub – en platform for idræt og bevægelse for børn og unge mellem 10-18 år. Vi spiller især fodbold, badminton, volleyball & basketball, men er åbne over for al boldspil og bevægelse, og du kan få indflydelse på aktiviteterne. Det er gratis, og alle i aldersgruppen er velkomne. Vi er i Nørrebrohallen onsdag kl. 16-19.



ÅBNINGSTIDER

Man-Fre: 13.30 — 20.30

ADRESSE

Heimdalsgade 39
København N





Aktiviteter i Ungeværk Heimdalsgade 39

FÆLLESKAB

Madlavning / Bugning / Fællesspisning

Esport / Gaming / PlayStation

Lektiecafé

Ungecafé (rådgivning, fritidsjob mm.)

MUSIK & KREA

Sang / Rap / Sangskrivning / Beatproduktion

Kreaværksted

Neglesalon

Design / tryk på tøj / 3D print

SPORT OG BEVÆGELSE

Bordtennis

Boldspil i Nørrebrohallen

Fitness

Nørrebrohallen

06

Nørrebrohallen

Nørrebrohallen er et stort, alsidigt idræts- og kulturcenter som både fungerer som sportshal, community-hus og kulturelt mødested for folk i alle aldre.

Nørrebrohallen er i dag et af Københavns mest benyttede idrætsanlæg med plads til mange forskellige sportsgrene: basketball, volleyball, badminton, håndbold, squash og flere. Hallernes baner benyttes af både foreninger og selvorganiserede. Du kan selv booke en bane i Nørrebrohallen via hjemmesiden.

Udover sport bruges hallen til kulturelle aktiviteter og arrangementer som markeder, bankospil og sociale events. Den fungerer som et lokalt samlingspunkt i bydelen og tiltrækker mange besøgende for både bevægelse og sociale aktiviteter.

Hallens café er med til at understøtte ovenstående især i form af deres ugentlige folkekøkkener.



ÅBNINGSTIDER

Man-Tors: 6.45 — 23.15

Fre: 6.45 — 21.15

Lør-Søn: 8.45 — 21.15

ADRESSE

Nørrebrogade 208

2200 København N





Foreningsaktiviteter i Nørrebrohallen

BOLDSPIL

Badminton med Nørrebro Idrætsklub	<i>Tjek Instagram</i>
Basketball med Nørrebro Idrætsklub	<i>Tjek Instagram</i>
Fodbold med B93	<i>fodbold.b93.dk</i>
Fodbold med Nørrebro Idrætsklub	<i>Tjek Instagram</i>
Nørrebro United har enkelte håndbold ungdomshold	<i>kontor@nbunited.dk</i>
Stefan Badminton	<i>bkstefan.dk</i>
Stevnsgade Basket	<i>sbbk.dk</i>
Volleyball Nørrebro Idrætsklub	<i>Tjek Instagram</i>

E-SPORT

Copenhagen Esport	<i>cphesport.com</i>
-------------------	---

SPORT & BEVÆGELSE

Akroyoga	<i>akroyoga.dk</i>
Armbrydning med Københavns Armbryderklub	<i>armbrydning-kbh.dk</i>
Bordtennisklubben Stefan	<i>bordtennisklubben.stefan@gmail.com</i>
Nørrebro Klatreklub	<i>nkk.klub-modul.dk</i>
SIK Fight	<i>sik.fight@gmail.com</i>

Aktiviteter

ATLETIK

Københavns Idræts Forening (KIF)	Nørre Fælled Hallen kif-atletik.dk
Sparta	Nørre Fælled Hallen sparta.dk

ARMBRYDNING

Armbrydning med Københavns Armbryderklub	Nørrebrohallen armbrydning-kbh.dk
---	--

BADMINTON

Badminton med Nørrebro Idrætsklub	Nørrebrohallen
Stefan Badminton	Nørrebrohallen bkstefan.dk

BASKETBALL

Basketball med Nørrebro Idrætsklub	Nørrebrohallen
Lundehus Basket	Nørre Fælled Hallen lundehusbasketball.dk
Stevnsgade Basket	Nørrebrohallen sbbk.dk

BORDTENNIS

Bordtennis	Underværk Heimdalsgade
Bordtennisklubben Stefan	Nørrebrohallen bordtennisklubben.stefan@gmail.com

BOKSNING

SIK Fight	Nørrebrohallen sik.fight@gmail.com
-----------	--

DANS

Global Kidz (Afrobeat, verdensdans, breaking)	Osramhuset globalkidz.dk
World dance Academy (Afrobeat og dancehall)	Osramhuset worlddanceacademy.dk
Hiphop dans med Nanna	RCYN rcyn.dk
Dans for unge	KBH+ kbhplus.dk

FODBOLD

Fodbold med Boldklubben Skjold	Nørre Fælled Hallen bkskjold.dk
Fodbold med Nørrebro FF	RCYN nørrebro-ff.dk
Fodbold med Nørrebro Idrætsklub	Nørrebrohallen
Fodbold med Nørrebro United	AKB Titanparken og Nørrebrohallen nbunited.dk
Fodbold med B93	Nørrebrohallen fodbold.b93.dk

FORLØB

Barista kursus	RCYN rcyn.dk
Projektakademi (projektlederuddannelse)	KBH+ kbhplus.dk
Youth Lab (Lederuddannelse for unge)	RCYN rcyn.dk

FRILUFTSLIV

Nørrebro Rangers	RCYN rcyn.dk
------------------	--

GAMING

Kodning i Kodeklubben	RCYN rcyn.dk
Esport / Gaming / PlayStation	Underværk Heimdalsgade
Gamning i Klubben	KBH+ kbhplus.dk
Copenhagen Esport	Nørrebrohallen cphesport.com

HÅNDBOLD

Nørrebro United har enkelte håndbold ungdomshold	Nørrebrohallen kontor@nbunited.dk
--	--

KAMPSPORT

Karate med karateklubben Kenzoku	RCYN rcyn.dk
Kickboksning med Nørrebro Fighters	RCYN rcyn.dk
ShinKen-do	RCYN rcyn.dk
Thai Boksning med Copenhagen Muay Thai	Copenhagen Muay Thai copenhagenmuaythai.com

KLATRING

Nørrebro Klatreklub	Nørre Fælled Hallen, Nørrebrohallen nkk.klub-modul.dk
---------------------	--

KREA

Keramik med Rum For Opfindsomhed	Osråmhuset rumforopfindsomhed.com
Kreaværksted	Underværk Heimdalsgade
Krea- og samtalehjørne i Pigeklubben	KBH+ Askovfonden kbhplus.dk
Design / tryk på tøj / 3D print	Underværk Heimdalsgade
Neglesalon	Underværk Heimdalsgade
Strikkeklub hos Rewairdk	KBH+ Askovfonden kbhplus.dk
Upcycling workshop med Rewairdk	KBH+ Askovfonden kbhplus.dk
Graffiti	KBH+ Askovfonden kbhplus.dk

LEKTIEHJÆLP/LÆSE

Biologi undervisning	RCYN rcyn.dk
Matematik undervisning	RCYN rcyn.dk
Lektiecafé	Underværk Heimdalsgade
Lektiecafé	RCYN rcyn.dk
Lektiecafé i Pigeklubben	KBH+ kbhplus.dk

MADKLUB

Madklub	RCYN rcyn.dk
Madlavning / bagning / fællesspisning	Underværk Heimdalsgade
Fællesspisning i Pigeklubben	KBH+ Askovfonden kbhplus.dk
Madlavning	KBH+ Askovfonden kbhplus.dk

MUSIK

Lydstudie	RCYN rcyn.dk
Musikstudie i Pigeklubben	KBH+ Askovfonden kbhplus.dk
Kor med Nørrebrokoret	Osramhuset 2200kor.dk
Musikundervisning med MusikMusik v. Rune Lohse	Osramhuset rune.lohse@gmail.com
Rap / sangskrivning / beat produktion	Underværk Heimdalsgade

RÅDGIVNING

Rådgivningscenter	RCYN rcyn.dk
Job og Udd.vejledning	KBH+ Askovfonden kbhplus.dk
Ungecafé	Underværk Heimdalsgade

STREET SPORT

Nørrebro Parkour	RCYN rcyn.dk
Copenhagen Parkour	RCYN rcyn.dk
BMX, løbehjul, rulleskjøter og skate med L.O.W academy	KTG-grunden lowacademy.dk

STYRKETRÆNING

Fitness	Underværk Heimdalsgade
---------	------------------------

Calisthenics med CORE	RCYN rcyn.dk
-----------------------	--

Funktionel træning med Fit Foundation	RCYN rcyn.dk
---------------------------------------	--

Styrketræning	KBH+ kbhplus.dk
---------------	--

TEATER

Scene N	Osramhuset Tjek på Facebook
---------	--

Teater i Pigeklubben	KBH+ kbhplus.dk
----------------------	--

VOLLEYBALL

Volleyball med Nørrebro Idrætsklub	Nørrebrohallen
------------------------------------	----------------

YOGA

Akroyoga	Nørrebrohallen akroyoga.dk
----------	--

Yoga	KBH+ kbhplus.dk
------	--

