

**Glada Hudik**

Nu kör **Hej Aktivitet** igång!

Gåfotboll för seniorer!

Det är precis vad det heter, fotboll där du som utövare går istället för att springa.

Jobbigare än du tror och bra mycket roligare än du anar!

 När?

**Torsdagar kl 15.00-ca 16.30 (start 28 april)**

För vem?

Seniorer, män och kvinnor spelar med varandra.

Ta med:

Ett glatt humör, vattenflaska, gympaskor och träningskläder efter väder.

Var?

Sparbanken arena

(Glysis konstgräs)

Kostnad:

Gratis

Övrigt:

Strands IF bjuder på kaffe & bulle efter aktiviteten

!

Gåfotboll är först o främst väldigt roligt!

Att det dessutom är bra för hälsan är en ren bonus!

Hälsningar Roland Dahlberg Ordförande SPF Seniorerna Glada Hudik, tel 070 - 330 71 01