

SPF Vessigebro samarbetar med Katrinebergs folkhögskola 2026-09-09 och 10

Aktiviteterna ägde rum på Gurkbänken under två dagar, andra tisdagen och torsdagen i september. Ett 60-tal elever på kursen "Aktivt liv" från Katrinebergs folkhögskola provade på att spela boule. Instruktörerna Ingrid och Monica från SPF Vessigebro deltog och visade grunderna i spelet. Det blev mycket uppskattat.



Lärarna på kursen aktivt liv Anders och Stefan ordnar i samråd med eleverna trevliga och givande aktiviteter, och i dag var det boule på Gurkbänken som stod på schemat

Aktivt liv

Är du intresserad av att tillsammans med andra ägna dig åt hälsa, idrott och motion samt samhälle och idrottsrörelsen? I kursen får du utforska och delta i olika aktiviteter och ämnen som natur- och friluftsliv, träning, hälsa och kultur.

När webbredaktören anlände till Gurkbänken var aktiviteterna i full gång. Aktiviteterna formligen sprudlade av energi, lärande, gemenskap och glada skratt.



Monica från SPF-Vessigebro övervakar och lär ut regler samt ett och annat knep för att lyckas i denna ädla sport.



Spelet går ut på att komma närmast det lilla klotet "lillen".



**Eleverna lyssnar på SPF:s instruktör Ingrids råd hur man tänker och hur man framför allt har roligt när man spelar boule!
Deltagarna är "daglediga" ofta årsrika personer med olika livserfarenheter.**

En av deltagarna har endast kvar <2% av synen, vad vi i dagligt tal kallar "blind". Han går fram till utkastplatsen i röda ringen och kastar med precision klotet nära "lillen". Han fick veta om kursen på en resa till Medelhavet och "nappade"



Ledarhunden jobbar och iakttar husses aktiviteter

Koncentration: Eva kastar klotet med precision!





Kerstin är "på tå" och klotet är på väg under Gurkbänkens konstverk "snigeln". Kloten lämnas in efter dagens övning.



**Kursen präglas av aktivitet, glädje och upp-
täckaranda. Några passade även på att prova Gurkbänkens
lekredskap!**



**Stefan, Anders och deltagarna tackar Monica och Ingrid med
en välförtjänt applåd!**



**För SPF Seniorerna Vessigebro
Webbredaktör Ingemar Alenäs**