



SPF Månadskalender mars 2026



Rörelseträning
Tisdagar 3, 10, 17, 24, 31 mars
Sven Persson-hallen i Öregrund
13.00 - 14.00

Varmt välkomna till Rörelseträning till musik med Ingall Sundgren, Öregrunds Friskvård



Boule
Tisdagar 3, 10, 17, 24, 31 mars
Boulehallen (bredvid Sven Persson-hallen)
9.30

Välkommen att spela!
ALLA kan spela Boule!



Boule - Nummerspel
Måndag 30 mars
Boulehallen i Öregrund
(bredvid Sven Persson-hallen)

Tävling för de som brukar spela Boule
Förnamn krävs



PUB
Torsdagen 5 mars
på restaurang Bryggan i Öregrund
18.00 - valfritt

Vi träffas och njuter av lite enkel "pubmat" och något drickbart samtidigt som vi försöker lösa ett lättare quiz



Påsklunch
Fredagen 20 mars
i Societetshuset Öregrund
13.00

Vi träffas och avnjuter en god lunch tillsammans

Underhållning meddelas senare



Kransbindning
Måndagen 23 mars
hos Blomsterglädje i Öregrund
14.00 - 17.00

Vi träffas och får lära oss att binda kransar
Allt material ingår samt fika



Resa
Torsdagen 26 mars
Vi åker mot okänt mål på en
HEMLIG RESA



After Week
Fredagar från kl. 16.00
Kom som du är till Hamnkrogn Bryggan i Öregrund!
Där vi träffas för att bara umgås
Ingen förnamn behövs



Tillsammans med SPF Rospiggen
Östhammar

Kortspel
Torsdagar (jämn vecka) kl. 13.00
Storbrunn vid Fojén

Kom och spela lite kort tillsammans med andra medlemmar

Promenader
Varje Måndag kl. 10.00
Samling vid Sjötorget

Följ med på en lätt och uppfriskande promenad tillsammans med andra medlemmar