



SPF Månadskalender oktober 2025



Friluftsdag 3 oktober

Tallparken i Öregrund vid Gröna bron
mellan 11-13

Välkommen till en härlig dag med möjligheter
till grillning och naturkunskap samt lite
äventyr

Biolog L-G Bråvander har ordnat en
"naturstig" med hösttema
Ta med det ni vill äta, grilla och dricka eller
bara chilla vid brasan



Rörelseträning Tisdagar 7, 14, 21, 28 oktober

Sven Persson-hallen i Öregrund
13.00 - 14.00

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



PUB Torsdagen 9 oktober 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 frågequiz



Lättare Vandring Fredagen 10 oktober

Kallriga Naturreservat - Höstens fåglar

Föranmälan görs till Mats Kjellman på SMS
0727127707 eller mail
m.kjellman@hotmail.com
Samling vid Sven Persson-hallen
kl. 10.00 för gemensam bilfärd



Pyssel - och spelträff Onsdag 15 oktober

Lokalen på Strandgatan 32 B i Öregrund
12.30 - 15.00

Vi träffas och umgås, samtidigt som vi har lite
trevligt kan vi ägna oss åt den typ av handarbete
som var och en är intresserad av, som ex.vis att
brodera, sticka, virka, måla, tillverka material till
flugfiske, spela spel, spela kort eller något helt
annat

Du tar med dig material till ditt egna handarbete
Du kan naturligtvis bara komma förbi för att
umgås
Du kan för en billig penning dricka lite kaffe med
något gott till

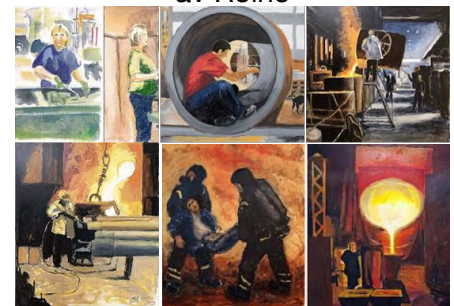


Vernissage med musik måndag 20 oktober Societetshuset i Öregrund 14.00

*"Jag har varit mycket i Vallonien, Belgien i gruvorna och
bland människor har jag skapat mina bilder"*

**Kom och lyssna på Roine Jansson och se
hans konst
och njut av musik spelad av
Jörgen Anderstig med Guy Eriksson**

Avsmaka bubbel, mingelmat och lite annat
till skön musik innan du får uppleva
bildvisning och föredrag med mycket historia
av Roine



Boule Tisdagar 2, 9, 16, 23, 30 september

Boulehallen (bredvid Sven Persson-hallen)
Boulehallen (bredvid Sven Persson-hallen)
Vi spelar boule i Boulehallen, Öregrund. När
vädret tillåter spelar vi utomhus på samma ställe

Välkommen att spela! Alla kan spela Boule!



Tillsammans med SPF Rospiggen

Promenader Varje Måndag kl. 10.00 Samling vid Sjötorget

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

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

Kom och spela lite kort tillsammans med andra
medlemmar

After Week Fredagar från kl. 16.00

Kom som du är till Hamnkrogen Bryggan i
Öregrund! Där vi träffas för att bara umgås
Ingen föranmälan behövs



Tabell 1