

Välkomna till Hälsodag i Långasand torsdag 25 april 2024

Vi samlas vid stora parkeringen mot stranden kl. 10:00

(Längst ner på Långasandsvägen)



Uppvärmning med Olga från Friskis & Sveltis

Därefter tar vi en promenad mot Suseåns mynning, eller om du vill, gör en kortare promenad. Det finns många slingor.



Korvgrillning: Grillmästare Per P grillar under tiden vi vandrar.

Ta gärna med egen dricka. Vi håller med kaffe och kaka/bulle.



Frågesport i samband med korvgrillningen.

Välkomna!