SENIORERNA Bråviken Kolmården

Studieförbundet Vuxenskolan

# Vandring den 3 november 2026

Vi var 15 vandrings-sugna SPF:are som samlades hemma hos Inger på Frejavägen 2.



Efter samåkning till sjön Strålen var det dags för den första uppmjukande övningar inför vår vandring.



Promenaden runt sjön Strålen som bjöd på omväxlande vägar och stigar. Vi gjorde några stopp och passade på att utföra lättare styrkeövningar.



Vid sjön Gullvagnen blev det en skön fika rast.



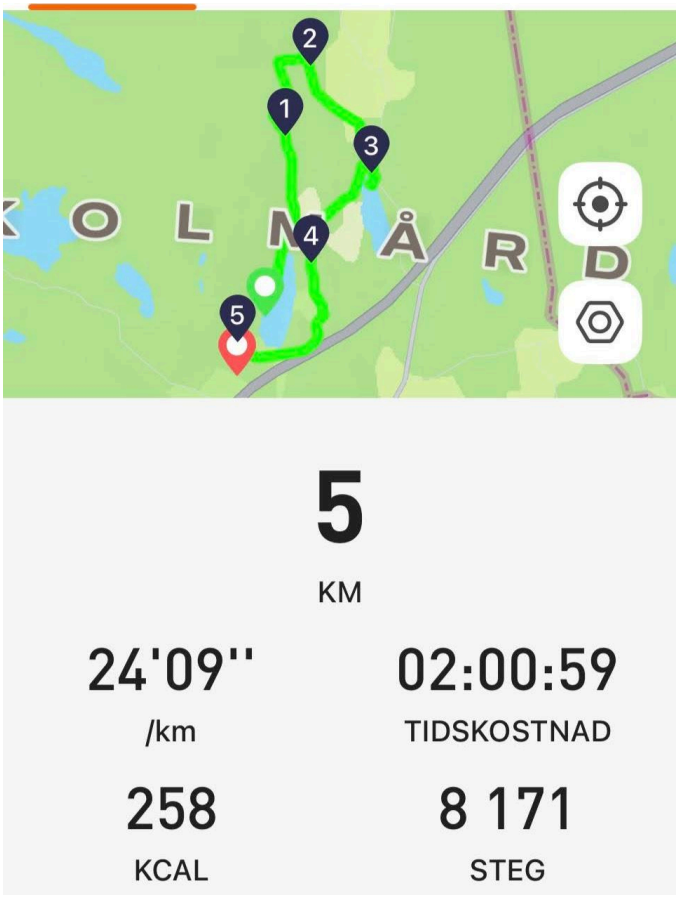






Här får vi information om vårens vandringar 2027.

Per Adler tackade Inger och Britt för deras fina engagemang med att skapa dessa trevliga och vackra vandringar. Nu ser vi fram emot vårens kommande vandringar.




Så här ser vår 5 km runda ut.