

SPF Seniorerna Freja – program våren 2026

Golf, Padel och bordtennis spelas året runt.

MÅNAD	VECKA	DAG	DATUM	
JANUARI	2	Torsdag	08	Start Frejakör
	3	Måndag	12	Start Bowling
			12	Start Bokcirkel med Elisabeth Larsson
		Tisdag	13	Lunchtrav
		Onsdag	14	Start Bokcirkel med Karin Bengtsson, Anita Vestling
			14	Start Boule
			14	Start Ego med Berndt Östlund
	4	Tisdag	20	Start Bokcirkel med Ann Heselius
		Torsdag	22	Start Konsthistoria med Ann-Britt Bäckström
	5	Torsdag	29	Månadens lunch
FEBRUARI	6	Tisdag	03	Årsmöte
	7	Måndag	09	Snack café
		Onsdag	11	Studiebesök Kyrkans hus Café Rut
	8	Tisdag	17	Fettisdag i Vännagården
	9	Onsdag	25	Reseträff, Birka Gotland
		Torsdag	26	Månadens lunch
MARS	10	Tisdag	03	Medlemsmöte
			03	Öppet i timmerkojan Norra Berget
	11	Måndag	09	Snack café
		Tisdag	10	Lunchtrav
	12	Onsdag	18	Resa Pernu, SPA-resa
	13	Onsdag	25	Våffeldagen i Vännagården
		Torsdag	26	Månadens lunch
APRIL	15	Tisdag	07	Medlemsmöte
	16	Torsdag	16	Pubkväll
		Söndag	19	Svenskbygderna i Finland
	17	Måndag	20	Snack café
		Torsdag	23	Månadens lunch
		Fredag	24	Resa Costa Brava, SPF Medelpad
MAJ	19	Tisdag	05	Medlemsmöte
		Fredag	08	Resa ABBA - London
	21	Måndag	18	Snack café
	22	Fredag	22	Sådag hemma i Vännagården
	22	Fredag	29	Månadens lunch och vin/bubbelprovning
JUNI	23	Tisdag	02	Medlemsmöte avslutning Norra berget
	24	Torsdag	11	Sommaröppet Norra berget
	27	Måndag	29	Resa Havila, Bergen – Trondheim
JULI	27	Torsdag	02	Resa Östen med resten, Hälsingland