

SPF seniorerna Frösön: Våraktivitet i Surfbukten 18 maj 2021

Ett trettiotal av SPF Frösöns medlemmar träffades på tisdagen på en som det blev, fantastiskt skön och angenäm dag i Surfbukten.

Dagen började med samling runt borden som fanns utställda med coronaavstånd. Vi hade alla ett uppdämt behov att mötas nu när vi börjat få våra sprutor.



Ett glatt samtal runt borden följdes upp med ett väl avvägt gymnastikpass lett av Friskis och Svettis representant Gunnar Sekander. Ett pass med rörelser som passade våra kroppar och som leder till att vi både behåller spänst och balans. Rörelserna är beskrivna i ett speciellt dokument (se bilaga till referatet)



Jympapasset avlöstes med en tipspromenad med frågor som ledde oss både utåt i världen och frågor av lokal karaktär. Ivriga och glada trampade våra medlemmar iväg efter stranden för att svara på klurigheter.



Sedan samling runt borden för fika och prisutdelning. I det sammanhanget vill vi tacka våra sponsorer för dagen; ICA Maxi, ICA Nära Frösön samt Vuxenskolan för smörgåsar, choklad, frukt och priser.

Vi vill också rikta ett särskilt tack till Simon Jaktlund med Surfbukten, för engagemanget och hjälpen med bord och stolar.

Vid pennan Lars Gabrielsson och bakom kameran Kristina Andersson och Majvor Enström