

FOLKHÄLSOVECKA

16–20 MAJ 2022

Även icke medlemmar är välkomna!

Måndag 16 maj kl. 14.00	Jane Nilsson från Träningsinspiratören inspirerar oss med enkla rörelser, kort promenad och liten föreläsning. Samling vid Rinken, Markaryds skola
Tisdag 17 maj kl. 09.30	Promenad från Gula Huset.
Tisdag 17 maj kl. 14.00	Vandring i Traryd, ca 4 km. Samling vid Djurparken. Medtag kaffekorg.
Onsdag 18 maj kl. 14.00	Vi spelar boule vid Sparbankshallen. Instruktör finns på plats. Klot finns att låna för er som saknar egna. Medtag kaffekorg.
Torsdag 19 maj kl. 09.00	Vandring runt Hinnerydssjön, ca 3,5 km. Följ skyltning från badplatsen i Hinneryd. Medtag egen förtäring. Grillen är tänd från kl. 10.30.
Fredag 20 maj kl. 14.00	Bangolf på nya banan bakom Folkets Hus i Strömsnäsbruk. Klubbor finns att låna. Medtag egen fikakorg.

VÄLKOMNA hälsar SPF Seniorerna Markaryd