

Under Oktober månad har vi ingen frågesport utan vi kör ett Bildtrim

Beskriv vad bilderna är tagna och föreställer.

Bilderna är från centrala Nässjö

Ni tävlar om 5 presentkort

Skicka svaren på mail till spf.nassjo.kent@gmail.com

Bild Nummer 1



Bild Nummer 2



Bild Nummer 3



Bild Nummer 4

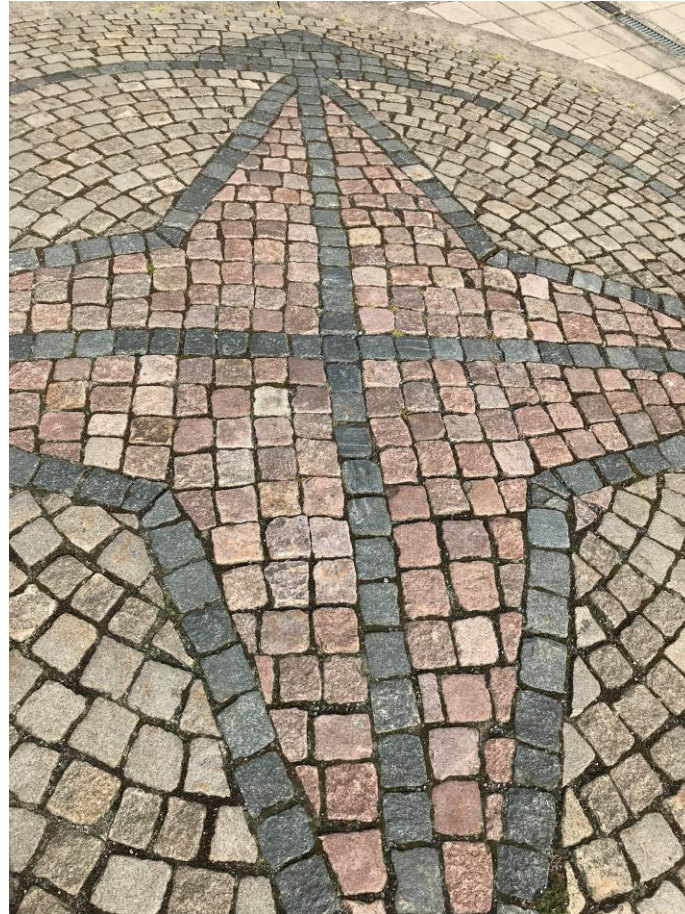


Bild Nummer 5



Bild Nummer 6



Bild Nummer 7



Bild Nummer 8



Bild Nummer 9



Bild Nummer 10



Köp ett Friskvårdskort och bli aktiverad



Jönköpingsdistriktet

Namn: _____ Tel: _____

Förening: _____ Pris 20 kr

Nr	Dag	Aktivitet	Tid	Nr	Dag	Aktivitet	Tid
1				13			
2				14			
3				15			
4				16			
5				17			
6				18			
7				19			
8				20			
9				21			
10				22			
11				23			
12				24			

Häng med i SPF Seniorernas friskvårdssatsning!

Här skriver du in alla följande godkända friskvårds-
aktiviteter som omfattar minst 30 minuter.

Tipspromenad, stavgång, promenad, cykeltur,
gympapass, skidåkning, simning, trädgårdsarbete
med gräsklippning, boule, yoga m.m.

När kortet är fulltecknat lämna in det och köp ett nytt.
Inlämnade kort deltar sedan i nästkommande dragning.

Vinnarna meddelas om priser efter dragningen.

Motion är din bästa medicin!