

## **SPF seniorerna Nässjö har flera olika aktiviteter! Något passar säkert dig!**

**Boule:** spelar vi vintertid på måndagar Kl.14.00 i Gamla Tobak och på sommaren bakom Sporthallen. Är du intresserad kontakta Olle Wassberg, 070-2078775, Annelie Larsson, 076-8508061 eller Birgitta Solve, 070-2205489.

**Bowling:** Spelas i Nässjös Bowlinghall på tisdagar Kl. 09.00 och Kl.10.30. Kontakta Bo Lindomborg tel. 070-6211461 eller Torulf Bergström tel. 070-8183934 om du är intresserad.

**Bordtennis:** Utövas i Sporthallen på måndagar Kl. 09.30. Ansvariga är Kent Gresell tel. 070-4419512 eller Kent Forsén 0730-210656

**Bridge:** Spelas i samlingslokalen Trasten på torsdagar Kl.13.00. Ansvarig är Bengt Runbom tel. 070-5614529.

**Friskis & Sveltis:** Utövas i fina träningslokaler på Bockängsgatan 9. På fredagar ca klockan 10.00 samlas vi och fikar tillsammans.  
Vill du delta så kan du ta kontakt med Kent Forsén tel. 0730-210656.

**Golf:** Har nu avslutat sin säsong på Nässjö Golfklubb! Är du intresserad så kommer det mer information om vårens starttider och vem man kan vända sig till om man vill vara med och spela.

**Körsång:** På måndagar Kl. 10.00 träffas man på Trasten för att sjunga och öva till olika framträdande. Tycker du om att sjunga i kör så kan du kontakta Gun Hild, tel. 073- 9918115.

**Luftgevärsskytte:** Har vi i Sporthallen på Tisdagar Kl. 14.00 eller 15.00. Tycker du om att skjuta prick och kanske delta i någon trevlig tävling så är du välkommen. Ansvarig Stig Nord på telefon 070-2644522.

**Seniorgympa:** Att rör på sig är viktigt och här finns möjligheten! Varje onsdag Kl. 10.00 träffas vi i Missionskyrkans gympasal. Ansvariga är Lena Löf tel. 070-5784884 och Eivor Gustavsson tel. 0730-602426

**Stick & Virk café:** Här umgås man på tisdagar Kl.14.30 i Vuxenskolans lokaler i området Almenäs under tiden som man stickar eller virkar fram fina alster. Är du intresserad så kan du ta kontakt med Britt-Marie Milvert tel. 0730-469862 eller Irene Nord tel. 070-3377023.

**Zumba:** Här tränar du kondition och koordination i en mix av latinamerikanska dansformer. Vi dansar på måndagar Kl. 10.00 och 11.00 i Mariasalen på Parkgården. Vill du vara med så hör av dig till ansvarig Lennart Ljungdahl 070-5691382

Som du ser så finns det en hel del att välja på. Och du! Man får vara nybörjare!

Styrelsen