

Välkommen till våra aktiviteter!

Aktivitetserna nedan är öppna för anmälan under v.21 &22

Lördag 23 maj – Föreningsdag på Bofors station

Karlskoga kommun anordnar föreningsdag på Näset och Boforsstation lördagen den 23 maj. SPF Seniorerna Karlskoga kommer att finnas på plats på Bofors station kl. 11.00 – 14.00 med information om medlemskap och lotteri.

Se bilaga 1.

Tisdag 26 maj – Vårfest i Kumla stadspark

SPF Seniorernas Örebro distrikts medlemmar är inbjudna till en heldag i Kumla stadspark. Dagen inleds kl. 10.00 och avslutas kl. 15.00

Se bilaga 2.

Lördag 30 maj – lunchkryssning på Hjälmarens



Vi gör en guidad rundtur från Centrala Örebro där vi först färdas på Örebro kanal förbi Stadsparken och Wadköping. Därefter slussar vi ner 2.5 meter i Örebro sluss. Vi fortsätter nerför Svartån passerar småbåtshamnen, Naturenshus och Oset fågelreservat innan vi kommer ut på Hjälmarens. På Hjälmarens första fjärd Hemfjärden serveras en god lunch medan vi passerar flera herrgårdar och därefter går igenom Essundet innan vi vänder tillbaka till Örebro.

Pris 650:-

Detta är mer än vad som sagts tidigare på grund av prisökningar. I priset ingår buss, båtresa, lunch med ugnsbakad lax med pesto & parmesan, dillromsås, varma färska grönsaker, kokt potatis, lättdryck och kaffe. Alternativ mat, fläskfilé eller vegetariskt, kan förbeställas.

Ange vald rätt vid anmälan.

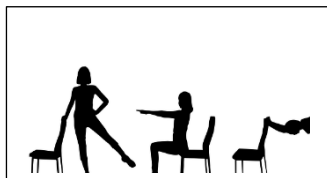
Avresa 30/5

- 10.00 Degerfors Medborgarplatsen
- 10.15 Nickkällan
- 10.30 Solbringen
- 10.45 Bergmästaren

Telefon till expeditionen: **073 – 977 37 06**
Mailadress till expeditionen:
karlskoga@spfseniorena.se
Expeditionen på Solbringen håller öppet
måndagar och torsdagar kl. 10.00 – 12.00.
Onsdagar kl. 14.00 – 16.00.

Hemkomst ca 16.00

[Finns ett fåtal platser kvar kolla med expeditionen!](#)



Gympa med Britt – ingen föränmälan

Sittgympa: måndagar kl. 14.00 på Solbringen,
onsdagar kl. 13.30 på Nickkällan

Stågympa: torsdagar kl. 14.00 på Solbringen

Samarbete med STF - Tisdag 10 juni

Resa till Västerås-Skultuna-Tidö-Strömsholm

Årets resa går till Västerås och friluftsmuseet Vallby. Systrarna på Gaggerska Gården tar emot oss med smörgås och kaffe. Vi besöker de fantastiska byggnaderna som finns på området. Vi fortsätter till Skultuna Messingbruk för intag av lunch och för egen tid i butik och omgivning.

Sedan förflyttar vi oss till Tidö slott, känt från bl.a. politiken. Passa på och insup atmosfären och så tar vi en eftermiddagsfika. Sista anhalt blir Strömsholms slott, som har en intressant historia som vår guide kommer att berätta.

Hemkomst vid 19-tiden. I resans pris ingår för- och eftermiddagsfika samt lunch och guider.

Pris: 960 kr

Buss avgår från: Medborgarplatsen Degerfors kl. 07.40

Nickkällan kl. 07.55

Solbringen kl. 08.05

Bergmästaren kl. 08.15

[Anmälan senast 25 maj till STF / Thomas Claezson via sms/tel. 072-533 28 16](#)

Respektera våra tider för anmälan! Blir listan full prioriteras de som anmält enligt anvisningar.

VÄLKOMMEN!