

Veckomail v 3 & 4, 2026

Nu startar vi upp igen - Välkommen till våra evenemang!

Här hittar du oss;

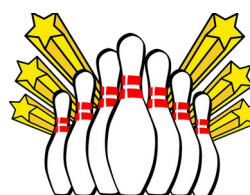
Telefon till expeditionen: **073 – 977 37 06**

Mailadress till expeditionen: karlskoga@spfseniorerna.se

Expeditionen på Solbringen håller öppet
måndagar och torsdagar kl 10.00 – 12.00.
Onsdagar kl 14.00 – 16.00.

Nedan aktiviteter är nu öppna för anmälan från 12 januari.

Torsdag 22 januari- Bowling, bowlinghallen
kl 13.00 – 14.00 (OBS tiden!)
[Anmälan senast 21 januari kl 11.00](#) till expeditionen.



Tisdag 27 januari - Äta bör man och gärna tillsammans, kl 12.30
(OBS ändrad tid!). Vi ses på restaurang Udden på Folkhögskolan.
Lunchpriset är 110:-.
[Anmälan senast 22 januari kl 11.00](#) till expeditionen.

Tisdag 3 februari – Månadsmöte med årsmöte, kl 14.30 på Solbringen

Årsmötesförhandlingar och därefter musikunderhållning av BO Söderberg. Kaffe med bröd serveras.

Pris: 80:- för medlemmar,
120:- för icke medlemmar.

[Anmälan senast torsdag 22 januari kl 11.00](#) till expeditionen





Torsdag 5 februari - Bowling, bowlinghallen kl 13.00 – 14.00.
(OBS tiden!) [Anmälan senast 4 februari kl 11.00](#) till expeditionen.

Onsdag 11 februari – Whiskyprovning, kl 17.00 i
Klubblokalen, Folkets Hus

*Temat för **MaltSeniorernas** provning 11 februari är
"Fem Malter under 500:-".*

Vårens whiskyprovningar sker på onsdagar.

Eftersittning på Red Brick för dom som vill.

Pris: **240:-/person**

[Anmälan senast 4 februari kl 11.00](#) till expeditionen.



Gympa med Britt kör som vanligt – ingen föranmälan

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

Stågympa: torsdagar ojämn vecka kl 14.00
på Solbringen.

Övrig information hittar du i MedlemsNytt nr 1
som finns att hämta på vår expedition på Solbringen.

Finns även på vår Hemsida www.spfseniorerna.se/karlskoga.

Nästa veckomail kommer söndag 25 januari – håll utkik i din mailbox.

Vi ses vid våra aktiviteter!