

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

Mailadress till expeditionen: **karlskoga@spfseniorerna.se**

Anmälan är öppen för nedan aktiviteter.



Torsdag 4/9, Bowling kl 14.00 – 15.00 Christina och Viwi-Ann tar hand om och instruerar er på bowlinghallen.

Sista anmälningsdag onsdag 3/9 kl 15.00.

Lördag 13/9, Vandringens Dag - i samarbete med STF.

Ingen anmälan behövs.

Vandringen kommer att utgå från Sandviksbadet, Karlskoga. Därifrån finns det möjlighet att gå två sträckor med ledare. En kortare sträcka där Britt Strinnholm från SPF tar dig med på stigarna vid Svartälven och Flottnäset.

Anna från STF tar med dig på en längre tur i vackra Bullerdalen.

Båda turerna avslutas vid Sandviksbadet. Ta med egen fika och gärna ett sittunderlag.



Tisdag 16/9, Vetgiriga Veteraner kl 14.30 på

Solbringen. Vi gästas av Görsköjs Britt Larsson, Tomas Sönnnerstam och Per Jacobsson. Hur blir en nyårsrevy till, hur tänker man, var kommer idéerna ifrån...och hur gick det på revy-SM i augusti. Det får ni veta denna tisdag. Max antal 75 personer.

Ansvarig är Eva Öberg

Sista anmälningsdag torsdag 11/9 kl 11.00.

Torsdag 18/9, whiskyprovning kl 17.00 i Klubblokalen, Folkets Hus.

Denna gång provar vi svensk whisky!

Efter provningen går de som så önskar till Red Brick för eftersits!

Begränsat antal platser.

Vid överteckning genomförs eventuellt en repris. Du ställs på väntelista.

Pris: 225 kr/pers – betalas på plats med Swish.

Aktivitetsansvariga är Monica och Ulf Palmér.

Sista anmälningsdag torsdag 11 september kl 11.00.





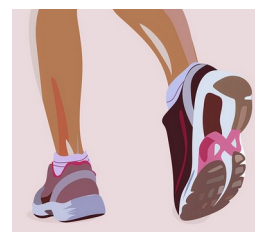
Torsdag 18/9, Bowling kl 13.00 – 14.00. Christina och Viwi-Ann tar hand om och instruerar er på bowlinghallen.
Sista anmälningssdag onsdag 3/9 kl 15.00.

Tisdag 23 september, Äta bör man...och gärna tillsammans.
Tid: kl 12.30. Vi ses på restaurang Ratten, Tibastvägen 8 vid Volvo. Lunchpris 110 kr erbjuder 2 rätter, salladsbuffé, bröd, måltidsdryck, kaffe och kaka. **Sista anmälningssdag måndag 22 september kl 11.00.** Välkomna!



....och så våra ständigt återkommande veckoaktiviteter.

Måndag 1/9 kl 09.30, måndagspromenaderna startar igen från Solbringen.
Ansvariga är Margareta och Hans Boer och Christina Svärd.
Ingen föransmälan.



Gympa med Britt!

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

Stågympa: torsdagar ojämn vecka kl 14.00 på Solbringen. Ingen föransmälan.

Välkomna till våra aktiviteter!