

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
* Digital föreläsning från SPF-förbundet: <i>"Sitt inte stilla då ökar risken att trilla"</i>	Digital föreläsning från SPF-förbundet: <i>"Äldre och diabetes typ 2"</i>	Digital föreläsning från SPF-förbundet: <i>"Läkemedel och äldre"</i>	Digital föreläsning från SPF-förbundet: <i>"Rörelsens betydelse för hälsan"</i>	Digital föreläsning från SPF-förbundet: <i>"Vad ska man göra för att må bra?"</i>
<u>10.00-12.00</u> Tipspromenad Runby (inkl. stavgång)	<u>10.00-14.00</u> Cykel, långtur Steninge	<u>10.00-11.00</u> Promenad Brunnbyvik	<u>10.00-12.00</u> Boule Carlslund	<u>10.00-11.00</u> Promenad Brunnbyvik
<u>10.00-11.00</u> Promenad Brunnbyvik	<u>10.00-12.00</u> Boule Bollstanäs	<u>10.00-13.00</u> Långpromenad Harva, Törndal	<u>10.00-13.00</u> Cykeltur Väsby/Edssjön	<u>10.00-11.00</u> Promenad Bollstanäs
<u>10.00-12.00</u> Promenad Sjukyrkoberget	<u>11.00-13.00</u> Tipspromenad Brunnbyvik	<u>13.00-15.00</u> Bowling Sigmahallen	<u>11.00-13.00</u> Tipspromenad Sandaspåret	<u>13.00-15.00</u> Avslutning Seniorernas Hus
<u>13.00-15.00</u> Discgolf Sandaspåret	<u>14.00-15.00</u> Balans-gympa Seniorernas Hus	<u>14.00-16.00</u> Öppet hus med fika/ senior-parcour Seniorernas Hus	<u>13.00-15.00</u> Boule Seniorernas Hus	Boulespel m.m.
		<u>14.00-15.00 (obs ändrad tid)</u> Gå-fotboll BSK, Bollstanäs		Dans för alla med Andrew
				Linedance uppvisning
				Resultat och prisutd.
				Fika med tilltugg

* Pågår hela veckan, valfri tid / Detaljerad information kommer senare att finnas på hemsidan / Ansvarig: Friskvårdskommittén, 070 602 03 36