

TRÄFFPUNKTEN FÖR SENIORER

65 ÅR OCH ÄLDRE

TROSSÖ AUGUSTI 2026

Vi erbjuder fika till självkostnadspris av 20 kr om inget annat anges

Vecka 32			
TIS 4	9-11	Träningslokalen öppen	KLINT
	13	Gympa sittande/stående+fika	KLINT
ONS 5	10-11	Vi tränar balans	KLINT
	13-15	Öppet hus	Bryggan
TORS 6	10-11	Vi tränar balans	Bryggan
	13	Trivselcafé	KLINT
FRE 7	9-11	Träningslokalen öppen	KLINT
Vecka 33			
MÅN 10	9	Utflykt till Ikea/ Kalmar mm. Begränsat antal platser	Bryggan/ KLINT
TIS 11	10-11	Vi tränar styrka	Bryggan
	13	Gympa sittande/stående+fika	KLINT
ONS 12	10-11	Vi tränar balans	Bryggan
	13	Vi spelar bingo+fika	Bryggan
	10-11	Vi tränar balans	KLINT
TORS 13	10,30	Gympa sittande/stående+fika	Bryggan
	13,30	Lymfyoga med Cilla	Bryggan
FRE 14	11	Brunch anmälan senast 10/8	Bryggan
Vecka 34			
MÅN 17	13	Våffelfika 30kr anmälan senast 12/8,begränsat antal platser	Bryggan
TIS 18	10-11	Vi tränar balans	Bryggan
	10-11	Vi tränar balans	KLINT
	13	Gympa sittande/stående+fika	KLINT
ONS 19	10-15	Pop up med prova på aktiviteter på Stortorget	Bryggan/ KLINT
TORS 20	13	Trivselcafé	KLINT
FRE 21	11,30	Vi äter lunch på Parken, träffas utanför	Bryggan
Vecka 35			
TIS 25	9-11	Träningslokalen öppen	KLINT
	13	Gympa sittande/stående+fika	KLINT

ONS 26	13-16	Välkomna till Vämö Parken, se anslag	
TORS 27	10-11	Vi tränar balans	KLINT
	13,30	Lymfyoga med Cilla	Bryggan
	13	Trivselcafé	KLINT
FRE 28	10-11	Vi tränar balans	Bryggan
Vecka 36			
MÅN 31	12	Vi äter kokt korv med bröd, anmälan senast 21/8, begränsat antal platser	Bryggan

Med reservation för ändringar.

Ring för anmälan: Marie 0455-304820 Sussi 0455-304484

Adress: Norra Smedjegatan 20 **Amiralitetsgatan 8**

