

VECKANS PROGRAM

Detta händer på Rödingens mötesplats v.44

Måndag 28/10 10.00 Hjo Faller Ej - Fallförebyggande träning

Tisdag 29/10 10.00 RödingeGympa - Stående och sittande övningar till musik (Obs! Medtag bra skor)

Onsdag 30/10 10.00 Hjo Faller Ej - Fallförebyggande träning
13.30 Sjökapten Linda Svensson –
”Snabbaste vägen genom isen”

Torsdag 31/10 10.00 Starkare Hjo – Styrketräning som passar alla
13.30 Handarbetscafé
14.30 Promenad – Vi går en kortare runda med eller utan stavar. Samling utanför Rödingen.

Välkommen!

