



Augusti månadsblad 2018

Träffpunkt Jämjö

Ons 8	9,30	Styrketräning i min trädgård. Dåligt väder - träffpunkten
	10,15	Yinyoga. Se ovan. Medtag egen matta till båda passen!
	12,00	Trivselcafe till Lenas cafe. Samåkning
Mån 13	8,30	Skärgårdsutflykt. Se separat info. Föranmälan senast 8/8
Tis 14	9,30	Styrketräning, info ovan
	10,15	Yinyoga
Ons 15	14-17	Fest på logen i Strågeryd. Föranmälan senast 8/8
Ons 22	9,30	Styrketräning, se info ovan
	10,15	Stolsyoga
	12,00	Trivselcafe till Brunnsparken och Mandeltårtan. Samåkning. Föranmälan senast 15/8.
Tor 23	12,30	Utflykt till Askunga Dovvilt. Föranmälan senast 15/8
Mån 27	9,30-11,30	Kom igång gympa
Tis 28	9,30-11,30	Gympastart, fika.
Ons 29	9,30-10,15	Styrketräning. Medtag egen matta!
	10,15-11,30	Stolsyoga. Medtag egen matta!
	12,00	Trivselcafe till Wämöparken.

Med reservation för ändringar.

Välkommen!

Lena

30 47 58

