

Majbladet 2019
Träffpunkt Jämjö



Mån 6	9,30-11,30	Kom igång gympa och gofika.
	13,30-15,30	Yinyoga i Fridlevstad. Medtag egen matta!
Tis 7	9,30-11,30	Gympa och gofika.
Ons 8	9,30-10,15	Styrketräning. Medtag egen matta!
	10,15-11,30	Stolsyoga. Medtag egen matta. Gofika.
	13,30-15,30	Trivselcafe.
Tor 9	13,00-16,00	Trivselkaffe med bakning.
	14,00-16,00	It-cafe med Susanne.
Fre 10	14,00-15,30	Bingo 30 kr och fika.
Mån 13	9,30	Promenad i Ådalen. Fika.
	13,30-15,30	Yinyoga i Fridlevstad. Medtag egen matta!
Tis 14	9,30-10,15	Styrketräning ute. Medtag egen matta! **
	10,15-11,30	Yinyoga. Medtag egen matta till passen! **
Ons 15	10,00	Utflykt till Brunnsparken. Anmälan senast 8/5.
Tor 16	13,00-16,30	Pyssel och fika.
Fre 17	10,00-11,30	Promenad vid fint väder.

**** Vid dåligt väder är vi inne på träffpunkten.**

Med reservation för ändringar.

Välkommen!

Lena 0455-30 47 58

Annika 0455-30 45 85





Fortsättning på Majbladet 2019 Träffpunkt Jämjö

Ons 22	10,00-16,00	Wämödagen. Se separat info
Tor 23	13,30-15,30	Pyssel och fika.
	14,00-16,00	It-cafe med Susanne.
Fre 24	14,00-15,30	Bingo 30 kr och fika.
Tis 28	9,30-10,15	Styrketräning ute. Medtag egen matta! **
	10,15-11,30	Yinyoga. Medtag egen matta, block till passen! **
Ons 29	9,00	Promenad Färskesjön. Fika. Samåkning.

**** Vid dåligt väder är vi inne på träffpunkten.**

Med reservation för ändringar.

Välkommen!

Lena 0455-30 47 58

Annika 0455-30 45 85

