

## **FYSISKA AKTIVITETER**

- Stavgång **tisdagar 10.00** start Laponiakåtan, Bryggan Nyborgstjärn.
- Promenader **fredagar 11.00** start utanför Medborgarhuset
- Boule **måndagar kl 13.00** Boulebanan utmed Utegymmet **VILANDE TILLS VÅREN.**
- Varmvattenbassängen Braxen **öppen sedan 6 september. max 5 personer**
- Rörelseglädje **onsdagar kl 08.30**  
**Lokal:** Galaxen Medborgarhuset
- Styrketräning **måndagar den 27/9 kl 16.30-17.30** **Fysioterapin Hälsocentralen**  
**max 8 personer**
- Styrketräning **torsdagar den**  
**kl 16.00-17.00**  
**Fysioterapin Hälsocentralen max 8 personer**

**Medlemmar är Hjärtligt välkommen !**