



Träffpunkt Solsidan

PROGRAM

Varmt välkommen till Träffpunkt Solsidan! Vi erbjuder en mängd aktiviteter som syftar till att främja hälsa, välbefinnande och gemenskap bland seniorer. Hoppas att du hittar något som passar just dig!

Dag	Kl. 9.30-11.30	Kl. 13.30-15.30
Måndag 2/11	GYMNASTIK	QIGONG
Tisdag 3/11	FRUKOST/CIRKELTRÄNING MED START KL10.30	BINGO
Onsdag 4/11	ÖNSKEMUSIK	GYMNASTIK
Torsdag 5/11	LINEDANCE	STICK OCH KORTCAFE
Fredag 6/11	GYMNASTIK	NÅGONS EGNA FAVORITER Ulf
Söndag 8/11		CAFE kl. 14-16
Dag	Kl. 9.30-11.30	Kl. 13.30-15.30
Måndag 9/11	GYMNASTIK	QI-GONG
Tisdag 10/11	FRUKOST/CIRKELTRÄNING MED START KL 10.30	BINGO
Onsdag 11/11	ALLSÅNGS SPEL	GYMNASTIK
Torsdag 12/11	LINEDANCE	STICK OCH KORTCAFE
Fredag 13/11	GYMNASTIK	KVÄLLSTOPPEN DEL 10, 1969 Ulf
Söndag 15/11		CAFE kl. 14-16
Anmälan tel. 0504-186 03 Adress: Allégården, Fredsgatan 38, Tibro		