



JÄRFÄLLA

Aktivitetsschema

Seniorträffen i Viksjö v.27 - 32 2024

Seniorträffen är under dessa veckor öppen måndag – Torsdag kl. 13:00 -16:00 och

Fredagar kl.13:00 – 15:00

Alla aktiviteter och grupper är för seniorer 65+

Måndag

Kl. 13:30 Sittyoga

Kl. 14:30 Fika 20 kr

Tisdag

Kl. 13:30 Gummibandsträning

Kl. 14:30 Fika 20 kr

Onsdag

Kl. 13:30 Sittgympa. Fika 20 kr. Vi fikar efter sittgympan

Torsdag

Kl. 13:30 Zumba inspirerat danspass med härlig musik Fika 20 kr. Vi fikar efter passet

Fredag

Kl.13:30 Boule i godparken. Vid regn boccia på seniorträffen. Vi fikar efter aktiviteten.

Med reservation för eventuella ändringar i programmet

Bibbi Mazibuko Landgren aktivitetssamordnare Seniorträffen Viksjö, Viksjöplan 2 c

Mail: Bibbi.mazibuko.landgren@jarfalla.se Tel: 08-586 237 74