



JÄRFÄLLA

Aktivitetschema

Seniorträffen i Jakobsberg - Vecka 27-32 2024

Öppettider måndag – fredag 09.00-12.00

Alla aktiviteter och grupper är för seniorer 65+

Måndag

Kl. 10.00 Sittyoga

Kl. 10.45 Förmiddagsfika med frågesport 20 kr

Tisdag

Kl. 10.00 Cirkelträning

Onsdag

Kl. 10.00 Balansträning

Kl. 10.30 Handarbetsgrupp, ta med eget handarbete/material fika 20 kr

Torsdag

Kl. 10:00 Sittgympa

Kl. 10:45 Gubbfrukost 20 kr

Fredag

Kl.10.30 Fredagsbingo fika 20 kr

Med reservation för eventuella ändringar i programmet
Nina Grynning, aktivitetssamordnare Seniorträffen Jakobsberg
Mail: nina.grynning@jarfalla.se Tel: 08-580 294 63 Vasaplatsen 17 b