

Vi samlas på Norrvalla onsdag 22 maj.

Preliminärt program:

10.30 Blir det kaffe och semla i Restaurang Elsas Kök, samt info om dagen.

11.00 - 12.00 Vi kan välja mellan:
- ledd cirkelträning i gymmet eller
- stoljumpyppa i idrottshallen
 med ledare från Norrvalla

12.30 – 13.30 Lunchbuffé i Restaurang Elsas Kök
 (två varmrättsalternativ, sallader, bröd,
 kaffe/te, efterrätt)

13.45 – 14.15 Stavgång/promenad på egen hand eller
 eget program. Stavar finns att låna.

14.30 – 15.30 Föreläsning med Camilla Staffans rubrik
 ”Reflexernas påverkan”.

15.30 Kaffe och sött bakverk i Restaurang Elsas Kök.

16.00 Hemfärd

Kostnad: 20 €/person.