

**Aktiviteter som förenar nytta med nöjen. Vill du vara med?
Anmäl dig till respektive ledare eller PRO:s expedition.**

| Aktivitet | Dag | Tid | Ledare | Telefon |
|--------------------|----------|----------------|---|---------------|
| Snickeri | Må | 09.00 | Bernt Linnman | 070-155 38 38 |
| Kortspel | Må | 12.30 | Sonja Bäckgren | 076-319 43 43 |
| Linedance * | Må Må | 13.00 14.00 | Anmälan till MaiBritt Frank Ledare: Kerstin Söderstedt | 070-537 35 97 |
| Snickeri | Ti | 09.00 | S U Andersson | 070-353 83 88 |
| Silversträngarna | Ti | 09.30 | Inger Åkerblom | 073-945 00 30 |
| Knivslöjd | On | 17.00 | Bernt Linnman | 070-155 38 38 |
| Snickeri | To | 09.00 | Bo Lindell | 073-157 22 00 |
| Öppet Café på Exp. | To | 10.00-12.00 | Kostnad. Kaffe 30:- | |

Friskvård som främjar kropp och själ från topp till tå. 
Anmälan görs till respektive ledare som meddelar startdag och plats.

Ansvariga för friskvården är: Åse Robertsen och Lars Johansson

| Aktivitet | Dag | Tid | Ledare | Telefon |
|-------------------|----------|----------------|------------------------------|---------------|
| Qigong | Må | 09.30 | Gunilla Norgren | 073-050 71 32 |
| Biljard | Ti | 09.30 | Bengt Strandberg | 070-645 68 60 |
| Cyckling lång tur | Ti | 09.00 | Maud Söderström | 073-995 40 58 |
| Cirkelträning | Ti | 09.30 | Ulla Eriksson | 070-158 24 98 |
| Cirkelträning | Ti | 10.45 | Monika Asplund | 070-289 49 60 |
| Gåfotboll | Ti | 15.00 | Lars och Bengt | 073-937 47 71 |
| Bordtennis | On | 09.00 | Lars Johansson | 073-937 47 71 |
| Boule | On | 10.00 | Gullan Kalldin | 073-936 00 21 |
| Vattengympa * | On | 13.00 | Anmälan till Mai-Britt Frank | 070-537 35 97 |
| Vattengympa * | On | 14.00 | Anmälan till Mai-Britt Frank | 070-537 35 97 |
| Bangolf | To | 11.00 | Lars Johansson | 073-937 47 71 |
| Biljard | To | 10.00 | Britta Larsson | 070-204 00 08 |
| Innebandy | To | 16.00 | Curt Sundberg | 070-728 65 68 |
| Boule | Fr | 10.00 | Ingalill Bergström | 073-695 06 94 |
| Yoga | Fr Fr | 10.00 11.30 | Karin Nordin | 070-634 38 28 |
| Bowling * | Fr | 10.00 | Margreth Kilholm | 070-219 23 38 |
| Bowling * | Fr | 11.00 | Laila Müller | 073-029 79 08 |
| Mattcurling | Lö | 10.00 | Kurt Jansson | 070-587 52 15 |

Våra aktiviteter kostar 100:-/termin. Deltar du i flera aktiviteter betalar du högst för tre aktiviteter. Gäller inte de *-märkta aktiviteterna som har en högre kostnad och inte ingår i rabatten!

VIKTIGT! Anmälan till vattengymnastiken tidigast 15 januari görs till Mai-Britt Frank 070-537 35 97. Alla måste anmäla sig. Först till kvarn gäller! OBS! Endast telefonanmälningar!