

RÖRELSESATSNING FÖR SENIORER!

Gästriklands Innebandyförbund och KF Heros tillsammans med Hedvigslundshallen AB och Gävle Kommun satsar på idrott och rörelse!

För dig som är 60+ vill vi nu erbjuda fyllda aktivitetsdagar på Hedvigslundshallen

Varje torsdag mellan 10-12.00 - kostnadsfritt men kaffe och kaka till försäljning.

Svensk Innebandy vill vara en sport för alla och som i ett led i det vill vi satsa på ökad rörelse och aktiviteter för dig som är 60+.

Vad?

Corona-säkrade torsdagar med goda säkerhetsavstånd. Kom och prova på enklare Innebandy. Vi följer FHM:s direktiv och råd och säkerställer att alla aktiviteter är smittsäkrade.

Hur?

Förmiddagar fyllda aktiviteter, utbudet kan skilja från gång till gång. Stående inslag: innebandy, pickelball (motionstennis), boule och kubb.

När?

Varje torsdag - 10-12.00 fram till jul. Vi är inomhus och utomhus så länge som vädret tillåter. Plats: Hedvigslundshallen - Liljevägen, 802 65 Gävle

Kostnad?

Kostnadsfritt men 20 SEK för kaffe och kaka på per person och tillfälle, swish eller kontant på plats.

Motionslicens och försäkring ingår varför vi kommer behöva registrera varje individ som är med namn och personnummer. Alla deltagare är motionsförsäkrade via Folksam.

Har du frågor? Kontakta: gastrikland@innebandy.se

Långsiktigheten och etableringen får också starkt stöd hos Gävle kommun, som har en dedikerad satsning på en äldrevänlig kommun. Gävle kommun är medlemmar i WHO's nätverk för äldrevänliga städer.