SENIORERNA
KARLSKOGA

Telefon till expeditionen: **073 – 977 37 06**

Mailadress till expeditionen:
karlskoga@spfseniorerna.se

Expeditionen på Solbringen håller öppet

måndagar och torsdagar kl. 10.00 – 12.00.

Välkommen till våra aktiviteter!

Aktiviteterna nedan är öppna för anmälan under v.43 & 44

Öppet för anmälan!

Månadsmöte

Tisdag 27 oktober kl 14.30
Restaurang Solbringen



Musikunderhållning med Lotta Martinsson som framför glada välkända låtar från 50-talet och framåt!!

Eventansvarig: Marianne Leijder

Anmälan till exp. senast torsdag 22 oktober kl 11.00.

Öppet för anmälan!

Lekebergsrevyn Farsen SKVALLER

Lördag 7 november



Handlingen tilldrar sig på en fest i en överklassvilla där flera olika par trasslar in sig i klassisk farsanda. Rykten och skvaller spelar en central roll.

Pris 750:-

I priset ingår teaterbiljett, bussresa, varmrätt, vatten samt kaffe med kaka.

SENIORERNA
KARLSKOGA

Telefon till expeditionen: **073 – 977 37 06**

Mailadress till expeditionen:
karlskoga@spfseniorerna.se

Expeditionen på Solbringen håller öppet

måndagar och torsdagar kl. 10.00 – 12.00.

OBS! Sen hemkomst, ca 23:00.

Hålltider: Avresa:

16:45 Medborgarplatsen Degerfors

17:00 Nickkällan

17:15 Solbringen

17:30 Bergmästaren

18:00 Ankomst Sparbanksbörsen

18:30 Maten serveras

19:00 Föreställningen börjar

22:00 Hemresa

Anmälan och betalning till Bankgiro 5715-5640 eller Swish 123 552 32 12

senast 26 oktober

Resegruppen: Hans-Eric Wikström 0760-367905

Öppnar för anmälan måndag 19 oktober kl 10.00

Bowling

Torsdag 29 oktober kl. 13.00 - 14.00



Plats: Bowlinghallen

Betalning: På plats

Eventansvariga: Christina Svärd och Viwi-Ann Israelsson.

Anmälan till expeditionen senast måndag 26 oktober kl. 11.00.

KARLSKOGA

Telefon till expeditionen: **073 – 977 37 06**

Mailadress till expeditionen:
karlskoga@spfseniorerna.se

Expeditionen på Solbringen håller öppet

måndagar och torsdagar kl. 10.00 – 12.00.

Sitt- och stågympa

Sittgympa är bra för att stärka muskler och träna rörlighet, stågympa stärker även balansen, då man både sitter och står upp med stolen som stöd! Ingen föranmälan.
Sittgympa;
Måndagar kl 14.00 på Solbringen och onsdagar kl 13.30 på Nickkällan. Bergmästaren måndagar kl.09.45

Sitt – stå: Bergmästaren torsdagar kl. 09.45.

Gympan på Bergmästaren sker i Larssons Modes gamla lokaler i Sandvikens centrum pga renovering av Bergmästaren.



Eventansvarig: Britt Strinnholm

OBS! Expeditionen är under hösten endast öppen måndagar och torsdagar.

Påminnelse:

1. **Tisdag 20 oktober “Äta bör man ” Baptista, Hotell Alfred Nobel kl. 13.00**

2. **Torsdag 22 oktober kl. 15.00 “Nya medlemmar inbjudna till informationsmöte på Bagarn´s Brödbod”. Se inbjudan!**

VÄLKOMMEN!

Kristina Lundahl

Ordförande