

Träffpunkt

Mötesplatser för seniorer



SKÖVDE



Träffpunkt Kåpplunda Gårde

Mars 2024



Läs mer på www.skovde.se/traffpunkter

V.9

Fredag
1/3

10:00-10:30

Trappträning och motionscykling

Du ska själv kunna ta dig upp och ner för trapporna och cykeln.

Samling på träffpunkten.

11:00-11:30

Sittgymnastik

14:00-15:30

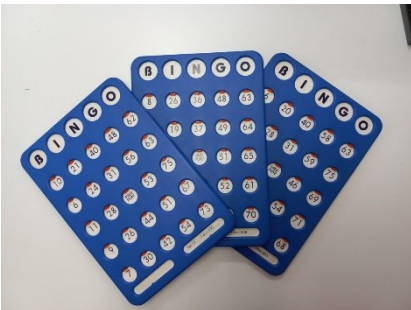
Fredagsfika, 20 kr



5342020

V.10

Måndag 4/3	14:00-15:30	Sittgymnastik , fika 20 kr
Tisdag 5/3	10:00-15:00	Senior Shop , drop-in fika 20 kr
Onsdag 6/3	10:00-10:30 11:00-11:30 14:00-15:30	Qigong Sittgymnastik Bingo , brickor 10 kr/st, fika 20kr
Torsdag 7/3	11:00-11:30 14:00-15:30	Balansträning Andakt Elimkyrkan , kyrkkaffe
Fredag 8/3	10:00-10:30 11:00-11:30 14:00-15:30	Trappträning och motionscykling. Du ska själv kunna ta dig upp och ner för trapporna och cykeln. Samling på träffpunkten. Sittgymnastik Nutidsfrågor , fika 20 kr



V.11

Måndag 11/3	11:00-11:30 14:00-15:30	Sittgymnastik Naturfilm: Karibiens dolda jättar , fika 20 kr
Tisdag 12/3	09:00-10:00 11:00-11:30 14:00-15:30	Frukost , vi bjuder på kaffet Sittgymnastik Mats Löwing ”En präst och hans resväska” Entré 20 kr, fika 20 kr.
Onsdag 13/3	Stängt	Välkommen på Träffpunktensdag kl.10-15 på Kulturfabriken. Se mer info på separat infoblad i programmet.
Torsdag 14/3	11:00-11:30 14:00-15:30	Stående balansträning Önskemusik , fika 20 kr
Fredag 15/3	10:00-10:30 11:00-11:30 14:00-15:30	Trappträning och motionscykling. Du ska själv kunna ta dig upp och ner för trapporna och cykeln. Samling träffpunkten. Sittgymnastik Nutidsfrågor , fika 20 kr

Sista dagen för anmälan till vårfesten

**Prästen, Mats Löwing
berättar om föremålen i hans
resväska med humor.
Kom och få dig ett gott
skratt!**

V.12

Måndag 18/3	11:00-11:30 14:00-15:30	Sittgymnastik, Musikkryss, fika 20 kr
Tisdag 19/3	09:00-10:00 11:00-11:30 14:00-15:30	Frukost, vi bjuder på kaffet Sittgymnastik Ta med en minnessak som du vill dela med dig och prata om, fika 20 kr.
Onsdag 20/3	10:00-10:30 11:00-11:30 14:00-15:30	Qigong Sittgymnastik Nutidsfrågor, fika 20 kr
Torsdag 21/3	10:30-11:30 16:00-19:00	Andakt Svenska kyrkan, kyrkkaffe Vårfest med underhållning av DuoDubbel. Pris: 200 kr, sista anmälan 15/3. Se mer information på sista sidan.
Fredag 22/3	10:00-10:30 11:00-11:30 14:00-15:30	Trappträning och motionscykling. Du ska själv kunna ta dig upp och ner för trapporna och cykeln. Samling träffpunkten. Sittgymnastik Relax med lätt axelmassage, fika 20 kr



V. 13

Måndag 25/3	11:00-11:30 14:00-15:30	Sittgymnastik Storbildsmemory , fika 20 kr
Tisdag 26/3	09:00-10:00 11:00-11:30 14:00-15:30	Frukost , vi bjuder på kaffet Sittqigong Berättelser om påsken , fika 20 kr
Onsdag 27/3	10:00-10:30 11:00-11:30 14:00-15:30	Qigong Sittgymnastik Nutidsfrågor , fika 20 kr
Torsdag 28/3	11:00-11:30 14:00-15:00	Stående balansträning Påskfika , 20 kr
Fredag 29/3	Stängt	Långfredag



VÅR FEST 21/3



Torsdag den 21/3,

kl. 16:00-19:00

Pris: 200 kr

**Underhållning
av DuoDubbel!**

I samverkan med Vuxenskolan



I priset ingår:

Underhållning, två sorters paj, sallad, efterrätt, kaffe
och alkoholfri dryck.

Alkohol finns att köpa till självkostnadspris
(endast kontant betalning).

Betalning sker vid anmälan och är bindande.
Meddela eventuella allergier vid anmälan.

Anmälan **senast 15/3 till** träffpunkten.
Begränsat antal platser.

Välkomna!

Med reservation för ändringar

Välkomna!

Träffpunkt Kåpplunda Gårde
Ekångsvägen 17
549 40 Skövde

Vid frågor och anmälningar kontakta oss på
telefonnummer: **0500 - 498474**



Träffpunkter i Skövde



@traffpunkterskovde