



### Aprilbladet Träffpunkt Jämjö

|        |  |  |
|--------|--|--|
| Mån 3  | 9,30-11,30<br>13,30-15,30                | Kom igång gympa. Fika<br>Trivselcafe, påskpyssel för den som vill.   |
| Tis 4  | 9,30-11,30                               | Gympa och fika.  |
| Ons 5  | 9,30-10,15<br>10,15-11,30<br>13,30-15,30 | Styrketräning. <b>Medtag egen matta!</b><br>Yoga på stol. <b>Medtag egen matta!</b> Fika<br>Vi åker till Vassaslätt och fikar. <b>Föranmälan</b><br>Vi dåligt väder - trivselcafe. |
| Mån 10 | 9,30-11,30<br>13,30-15,30                | Kom igång gympa. Fika<br>Trivselcafe, påskpyssel för den som vill.   |
| Tis 11 | 9,30-11,30                               | Gympa och fika   |
| Ons 12 | 9,30-10,15<br>11,00                      | Stolsyoga. <b>Medtag egen matta!</b><br>Vandring till Ådalen. Korvgrillning. <b>Föranmälan.</b>  |
| Tis 18 | 9,30-11,30                               | Gympa och fika   |
| Ons 19 | 9,30-10,15<br>10,15-11,30<br>13,30-15,30 | Styrketräning. <b>Medtag egen matta!</b><br>Yoga på stol. <b>Medtag egen matta!</b> Fika<br>Trivselcafe  |
| Mån 24 | 9,30-11,30                               | "Kom igång gympa". Fika  |
| Tis 25 | 9,30-11,30                               | Gympa och fika.  |

