

APRIL 2026

KUNGSHOLMEN - TRÄNINGAR OCH AKTIVITETER

VECKA	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
14 30 mars-5 april	10.15 EGO-stunden - yoga 11.00 Styrketräning: Senior Power 13.30 Extra repetition med kören		11.00 Gympa med Annika 12.00 Påsklunch för Stiftelsens äldsta i Sällskapsvåningen 	<i>Skärtorsdagen</i> 	<i>Långfredagen</i>
15 6-12 april	<i>Annandag Påsk</i> 	13.30 Prova på att spela Mahjong. Sällskapsvåningen. 	10.00 Handträningsgrupp, Elin deltar, OBS! i Sällskapsvåningen 11.00 Gympa med Annika 13.30 Uppträdande i Pastellen med gruppen "Korsdrag", se separat anslag. 13.00-18.00 Bridge	13.30 OBS! Extrainsatt repetition med kören i Pastellen	
16 13-19 april	10.15 EGO-stunden - yoga 11.00 Styrketräning: Senior Power 13.30 Generalrepetition med kören inför Vårsalongen 	I VASASTAN: 13:30 Föreläsning i Salongen, Ullacarin Öhrn ordförande i Per Anders Fogelström-sällskapet kommer och berättar om hans liv och gärning.	10.00 Handträningsgrupp OBS! i Sällskapsvåningen (Gympan inställd) 13-16 VÅRSALONGEN i Pastellen 13.00-18.00 Bridge		
17 20-26 april	10.15 EGO-stunden - yoga 11.00 OBS! Gympa med Annika i stället för Senior Power 13.30 Körsång för alla		10.00 Handträningsgrupp OBS! i Sällskapsvåningen (Gympan flyttad till måndagen) 13.00-18.00 Bridge		
18 29 april-3 maj	10.15 EGO-stunden - yoga 11.00 Styrketräning: Senior Power	13.30 I VASASTAN: Salongen på Vikingag. 30: Körsång för alla	10.00 Handträningsgrupp OBS! i Sällskapsvåningen 11.00 Gympa med Annika		

Alla träningsgrupper förutom handträningen är i Pastellen