NOVEMBER 2026
VASASTAN - TRÄNINGAR OCH AKTIVITETER

VECKA	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖR.	SÖNDAG
45 2-8 NOV	**10.00** Gympa med Eva **13.00** Boule	**10.00** Handträningsgrupp **11.00** Pilates **13.00** Boule **17:30** Middagsgrupp	 **13.00-17.30** Bridge	**11.00** Styrketräning: Senior Power 			 **13.00** Boule
46 9-15 NOV	**10.00** Gympa med Eva **13.00** Boule	**10.00** Handträningsgrupp **11.00** Pilates **13.00** Boule **17:30**Middagsgrupp	 **13.00-17.30** Bridge	**Styrketräning: Senior Power INSTÄLLT!** **14.00** Boule	**14.00-16.00** Öppet Hus med fika och samkväm		 **13.00** Boule
47 16-22 NOV	**10.00** Gympa med Eva **13.00** Boule	**10.00**Handträningsgrupp **11.00** Pilates **13.00** Boule **13.30** Föreläsning med Annika och Elin: ***Andas!*** ***Hur svårt kan det vara?***  **17:30** Middagsgrupp	 **13.00-17.30** Bridge	**11.00** Styrketräning: Senior Power			 **13.00** Boule
48 23-29 NOV	**10.00** Gympa med Eva **13.00** Boule	**10.00** Handträningsgrupp **Pilates INSTÄLLT!** **13.00** Boule VÄLKOMMEN PÅ ADVENTSFIKA! **Inbjudan kommer i brevlådan.**  **17:30**Middagsgrupp	 **13.00-17.30** Bridge	**Styrketräning: Senior Power INSTÄLLT!** **13.30** INVIGNING! Välkomna till Vasastans nya Snickeri och Kreativa rum, se separat anslag.  **14.00** Boule	**14.00-16.00** Öppet Hus med fika och samkväm		 **13.00** Boule 

Alla aktiviteter förutom boule är i Salongen, Vikingagatan 30.