



Garphyttans IF



Välkomna till SeniorEnergi

GIF:s satsning 65 + fortsätter i namnet "SeniorEnergi"

Garphyttans IF erbjuder gamla och nya medlemmar ett hälsosamt åldrande genom fysisk aktivitet, goda matvanor, social samvaro och meningsfullhet.

SeniorEnergi har 10 tillfällen under våren, tisdagar 17:00-18:30 med start 15 april, och 10 tillfällen under hösten (datum och tider ej fastställda). Aktiviteterna leds av olika ledare och hålls på Folketshus, Folketspark och Kilsbergsvallen. Varje tillfälle består av 45 minuter fysisk aktivitet och 45 minuter folkbildande samtal med gofika.

Förväntningar: Gott humör och GIF-medlemskap.

Anmäl dig via SMS till Lena Granlund 0708 77 97 97

