

## Ordförande har ordet!

### ”Skördeandens tid är här”

I dag har vi mulet och lite regnigt här i Byxelkrok. Under senaste tiden har det varit soligt och varmt varenda dag så detta är behövligt. Högsommaren är på väg till att övergå till höst. Det märks tydligt då många restauranger och annan verksamhet stänger en efter en. Nu finns bara enstaka turistbåtar i hamnen och lugnet infinner sig på ett behagligt sätt. Mycket lingon finns i skogen och äpplena dignar på träden. Allt detta ska nu sköras vilket gör att jag inte är sysslolös. Vårt boulegång fortsätter naturligtvis att spela varje lördag som vanligt. Hemma i vår egen förening startar de flesta aktiviteter upp igen efter sommaruppehållet. Mer om detta kan du läsa på hemsidorna, i SPF-appen och i det dignande dokument du får i samband med utskicket av detta Holmfastblad. Jag vill passa på att slå ett slag för årets seniordag som går av stapeln i Stadshuset den 23 oktober. Boka in den dagen i din almanacka redan nu.

Till sist: ”Den rätta tiden att koppla av är när man inte har tid med det” Sydney J. Harris

**Ebon Eriksson**  
Ordförande, SPF Holmfast

## Redaktörens inlägg

Som tidigare meddelats ger vi av kostnadsskäl inte ut något programhäfte för perioden september – februari 2025 som brukligt. Vi mejlar en enklare version av programhäftet i början av september där aktiviteter och ”trevligheter” givetvis framgår. Se även sista sidan. Nybörjarkursen i Linedance börjar omedelbart i början av september som framgår separat. Det finns några platser kvar och anmälan bör göras snarast.

## Mötesplatserna återfinns på SPF-appen

De bilagor som tidigare bifogats finner nu på vår hemsida via SPF-appen och det är;

- Seniorkurser, Hagabergs folkhögskola
- Höstschema och Nyhetsbrev augusti från Mötesplatserna

## Bangolfen - fortfarande full fart!



Den 25 aug. var det 13 som spelade och de främsta var.

1. 48 slag, Lars Thuresson
2. 50 slag, R-M Svahn
3. 51 slag, Marikka Thuresson  
51 slag, Elisabeth Viinanen

Säsongens top fem består av;

1. 36 slag, Lars Thuresson
2. 39 slag, Marikka Thuresson
3. 41 slag, Lars Lionell
4. 42 slag, Anders Larsson
5. 44 slag, Kiki Farkas

Nu är det bara gång kvar, missa inte nästa söndag kl. 12.00. Därefter stänger banan för säsongen. Om någon lyckas slå 36 slag utlovas ett pris på nästa Månadsmöte. Ansvarig är Leif Wretander, 076-265 25 07, alt [wretander.leif@gamil.com](mailto:wretander.leif@gamil.com).

## Medlemsnytt

Antalet medlemmar är 701 ordinarie och 80 vänmedlemmar. Från årsskiftet har vi fått 30 nya medlemmar och 46 har lämnat föreningen. Vi hälsar följande nya medlemmar välkomna;

- Marina Carlsson
- Hans Wissén

## Månadsmötet den 11 september med Pub!

Nu är det dags igen för månadsmöten och först på tur att underhålla oss är ännu en oerhört duktig artist, Kire Ljung. Han är kanske inte känd av gemene man och har en repertoar med tyngdpunkt på i 60- och 70-tals musiken samt den svenska visstraditionen. Han är verkligen värd ett besök! Månadsmötet börjar kl 13.00.



Kire Ljung

Efter månadsmötet fortsätter vi med vår egen Pub i Träffen där vi börjar med att inta goda och prisvärda drycker. Många har nog inte träffats under lång tid så det finns säkert en del att prata om. Under tiden kommer det att dukas upp något och från ca kl. 17.00 kan vi börja att äta. Pubmaten kostar 100 kr och dryck tillkommer.

Anmälan till månadsmötet gör du som valigt till [spfholmfast@gmail.com](mailto:spfholmfast@gmail.com) eller SMS till 073-088 43 35 senast söndagen innan. Månadsmötet börjar kl. 13:00 och priset är 50 kr.

Anmälan till Puben gör du till Karin Johnson, tel/SMS till 073-032 84 27, eller [karin.johnson@telia.com](mailto:karin.johnson@telia.com). senast den 4 september.

Betalning sker separat vid ankomst till Allhuset.

## Månadens lunchutflykt den 25 september går till Engsholms Slott på Mörkö

I augusti gick Månadens lunchutflykt till Kallfors och samlade 45 (!) medlemmar och säkert lika många från golfsektionen. Sammanlagt var det nog närmare 100 lunchgäster från Holmfast. Inte dåligt! Populär aktivitet! Nu är det dags för nästa lunchutflykt och den här gången åker vi till ett efterlängtat mål, Engsholms Slott på Mörkö den 25 september där vi samlas kl. 13.00. Slottet har sitt ursprung från 1300-talet men brann ner 1912. Nuvarande ägarna förvärvade slottet 1986 och drivs nu främst som en konferensanläggning.

## Holmfastgolfen den 12 augusti!

Den 12 augusti spelade vi en specialvariant på Kallfors 9-hålsbana där man bara fick **använda tre 3 klubbor** plus putter! Det var 56 startande och de flesta åt gemensam lunch i Kallfors Köks nya och fina restaurang tillsammans med andra medlemmar i Holmfast efter samordning med Månadens lunchutflykt. Fullständiga resultatlistor återfinns i SPF-appen och på vår hemsida och de tre främsta i varje klass var:

Damer

1. Ilse Johansson, 66 slag
2. Ann-Mari Becker, 67 slag
3. Tina Hallenborg, 68 slag

Herrar:

1. Alf Hallenborg, 68 slag
2. Per Pettersson, 68 slag
3. Staffan Carverus, 68 slag

Lag: Eva Mårtensson, Kerstin Watz, Per Gustafsson och Lennart Lundström.

Närmast hål på 9:an var Lars Thuresson Mer information om våra tävlingar och vår verksamhet återfinns du på Holmfasts hemsida och i SPF-appen. Kontakta oss gärna på

[holmfastgolfen@gmail.com](mailto:holmfastgolfen@gmail.com).

## Holmfastgolfen, Trosa den 2 och Kallfors den 24 september.

Nästa tävling äger rum i Trosa den 2 september och inbjudan har redan gått ut till alla "Holmfastgolfare". Mer information framgår av SPF-appen.

## Den 24 september har Golfen sin säsongsavslutning på Kallfors.

Förutom golftävling har vi stor prisutdelning för säsongens samtliga tävlingar. Vi utser även Holmfastmästare i dam- och herrklass beroende på resultat i vissa tävlingar under säsongen.

Som vanligt har vi en trevlig avslutningsfest med mingel och god mat i Kallfors restaurang. Inbjudan sker direkt till de som ingår i Holmfastgolfen. I mån av plats kan ni bjuda in respektive närstående som kan se hur trevligt vi har tillsammans.



Från september kommer Månadens lunchutflykt i fortsättningen att förläggas till fjärde onsdagen varje månad.

Anmälan till Månadens lunch gör du som vanligt till Anders Larsson, [larsson440@hotmail.com](mailto:larsson440@hotmail.com), 070-759 72 40 eller Mona Spångmyr, [monspa47@gmail.com](mailto:monspa47@gmail.com), eller 070-999 47 94. Avresa sker kl. 12.30 från Centralens parkering för de som inte åker själva. Medresande betalar vardera 10 kr/mil.

### Allsångskonsert på Rival den 30 september

Arrangörerna återkommer direkt till de som anmält sig om resa, samling etc. Har du frågor, kontakta;

- Inger Styrhagen, 070-242 85 39, [inger.styrhagen@outlook.com](mailto:inger.styrhagen@outlook.com).
- Mona Spångmyr, 070-999 47 94, [monspa47@gmail.com](mailto:monspa47@gmail.com).

### Holmfasthockeyn



Det finns säkert många medlemmar som är intresserade av att på plats följa SSK:s positiva vandring mot eliten där man hör hemma. Holmfast erbjuder biljetter och även mat till bra priser. Vi behöver någon/några som kan hjälpa till med bokningar och hålla kontakt med SSK. Annars blir det tyvärr inget. Svara direkt till [holmfasthockeyn@gmail.com](mailto:holmfasthockeyn@gmail.com) eller ring Redaktören, 073-985 09 82

### Sommarens boule

**Boulen** fortsätter under sommaren på torsdagar kl. 10.00 i Stadsparken. Den 15:e var det 12 som spelade. Det är Bo Sandberg som håller i detta och han nås på 070-687 86 15 alt.

[bo.sandberg@telia.com](mailto:bo.sandberg@telia.com). Därefter startar säsongen den 5 september kl. 10.00 med spel på torsdagar i Lillehallen om inget annat meddelas.

### Sommarens och höstens samlingspunkt



På tisdagar kl. 15.00 är det som vanligt dags för "seniorernas AW" och ha trevligt tillsammans. Kom och trivs på Ritz!

### Guidad visning, Telge Hus - 27/8

På tisdag 27 augusti kommer Tord Hansen från Kulturhistoriska föreningen att ge en guidad visning av Telge Hus, Ragnhildsborg. Vi ses på parkeringen nära borgen kl. 14.00. Medtag eget kaffe!

### Nybörjarkurs i Linedance

Efter önskemål från våra medlemmar startar vi en nybörjarkurs i Linedance. Den börjar 3 september och omfattar 12 gånger. Vi träffas mellan 12.00 – 13.00 på tisdagar i Allhuset.

Kursen leds av Robert Müller med ett förflutet som aktiv dansare internationellt som på "ålderns höst" frekvent anlitas som domare i Europa Danserna varierar mellan olika rytmer och vi skrattar mycket och har trevligt tillsammans.

Priset per termin är 300 kr som går till lokalhyran. Bokningar har redan börjat så passa på och anmäl dig!

Robban är aktivitetsansvarig och svarar gärna på frågor. Anmäl till; Robert Müller 070-740 10 15, [muller.r@telia.com](mailto:muller.r@telia.com).

**Här är de aktiviteter som startar i september.  
För mer information hänvisas till hemsidor,  
SPF-appen eller aktivitetsansvarig.**

### **Akvarellmålning**

**Ansvarig** Ing-Marie Jedeman, 073-589 83 80,  
[ing-marie.jedeman@telia.com](mailto:ing-marie.jedeman@telia.com).  
**Period:** 2024: 19 sep. – 21 nov.  
**Plats:** Allhuset  
**Tid:** torsdagar kl. 10.00 – 12.00  
**Avgift:** 100 kr för perioden Medtag eget material.

### **Bridge**

**Ansvarig** Bo Sandberg, 070-687 86 15,  
[bo.sandberg@telia.com](mailto:bo.sandberg@telia.com).  
**Period:** 2024: 29 augusti. – 12 december  
**Plats:** Henriksberg, Fredsgatan 6  
**Tid:** torsdagar kl. 13.00 – 15.00  
**Avgift:** 40 kr

### **Boule**

**Ansvarig** Bengt Arvidsson, 072-150 20 17,  
[bengt.arvidsson73@gmail.com](mailto:bengt.arvidsson73@gmail.com)  
**Period:** 2024: 5 september – 12 december  
**Plats:** Lillehallen (vid Bollhallen)  
**Tid:** torsdagar kl. 10.00 – 13.00  
**Avgift:** 60 kr inomhus, 20 kr utomhus

### **Bowling**

**Ansvarig** Mona Spångmyr, 070-999 47 94,  
[monspa47@gmail.com](mailto:monspa47@gmail.com).  
**Period:** 2024: 2 september – 9 december  
**Plats:** Bollhallen  
**Tid:** måndagar kl. 10.00 - 12.00  
**Avgift:** 100 kr för 4 serier, klot och skor

### **Handarbetsgruppen**

**Ansvarig** Anna-Greta Palm, 070-566 33 32,  
[annagretapalm@gmail.com](mailto:annagretapalm@gmail.com).  
**Period:** 2024: 29 augusti. – 5 december.  
**Plats:** Allhuset, Ovalen  
**Tid:** torsdagar kl. 10.00 – 12.00  
**Avgift:** 200 kr för perioden, medtag eget material

### **Holmfastkören**

**Ansvarig** Anders Kvist, körens dirigent,  
Tel. 070-681 52 89, [anders.kvist@gmail.com](mailto:anders.kvist@gmail.com).  
**Period:** 2024: 28 augusti – 12 december  
**Plats:** Allhuset  
**Tid:** onsdagar kl. 10.00 – 12.00  
**Avgift:** 300 kr per termin

### **Vattengymnastik**

**Ansvarig** Elisabeth Viinanen, 070-422 46 45,  
[liza53@hotmail.com](mailto:liza53@hotmail.com).  
**Period:** 2024: 6 september – 25 oktober,  
1 november – 20 december  
**Plats:** Bassängen i Allhuset  
**Tid:** fredagar kl. 14.00 – 15.00  
**Avgift:** 600 kr (8 gånger)  
Anmälan: Leif Wretander, 076-265 25 07,  
[wretander.leif@gmail.com](mailto:wretander.leif@gmail.com).  
**OBS September- oktober fullbokad**

### **Linedance**

**Ansvarig** Kerstin Wallén, 076-721 57 67,  
[Kerstinwallen10@gmail.com](mailto:Kerstinwallen10@gmail.com).  
**Period:** 3 september – 26 november.  
**Plats:** Allhuset  
**Tid:** tisdagar kl. 10:00 -11:30  
**Avgift:** 300 kr för perioden

### **Linedance - nybörjarkurs**

**Ansvarig:** Robert Müller  
070-740 10 15, [muller.r@telia.com](mailto:muller.r@telia.com).  
**Period:** 3 september – 19 november.  
**Plats:** Allhuset  
**Tid:** tisdagar kl. 12.00 – 13.00  
**Avgift:** 300 kr för perioden

### **Litteraturcirkel**

**Ansvarig** Rigmor Persson, 070-621 57 99,  
[rigmor.persson@telia.com](mailto:rigmor.persson@telia.com).  
**Period/aktivitetsdatum:** 2024: 13/9,  
11/10, 8/11, 6/12:  
**Plats:** Allhuset  
**Tid:** fredagar kl. 14.00 – 15.300  
**Avgift:** 100 kr för perioden  
**Övrigt:** Kostnad för litteratur tillkommer.

### **Gymnastik/Seniorträning**

**Ansvarig** Mait Nilsson, 070-280 29 62,  
[mait.nilsson@hotmail.com](mailto:mait.nilsson@hotmail.com).  
Ann-Sofie Askerlöf, 070-231 97 56,  
[annsofie.askerlof@gmail.com](mailto:annsofie.askerlof@gmail.com).  
**Ledare:** Liisa Tallqvist Pettersson, 070-  
204 83 30  
**Period:** 9 september – 25 november  
**Plats:** Allhuset  
**Tid:** måndagar kl. 09.00 – 09.45  
**Avgift:** 600 kr för perioden