

## Månadsträff 6e mars

Mars månads medlemsträff. Rummet på Fontänen var knökfullt, 110 personer kom. Fysioterapeut/sjukgymnast Jan Brandinger talade om rörelsens betydelse för oss äldre. Vad vi behöver göra för att minimera fallskador. Sextusen steg per dag och tre styrkepass i veckan är ett bra mått. Fika med en "smarrig" semmelbakelse. Och så svarade Hasse Ztefanz för det musikaliska. En blandning av visor och Elvis. Folkligt, Festligt och Fullspikat på nytt.

