

SPF Seniorerna Freja – program hösten 2024

AUG.	V33	12	START BOWLING
	V34	23	KRYSSNING MS ÅDALEN
	V35	29	START FREJAKÖREN
SEPT.	V36	02	START BOKCIRKEL
		03	MEDLEMSMÖTE
		04	START BOKCIRKEL
		08-13	START BOULE VINRESA SKÅNE
	V37	09 11 12	SNACKCAFÉ MUSIKQUIZ PÅ ORANGERIET START BOKCCIRKEL START KONSTCIRKEL START STOLSYOGA
V38	19	TEMADAG: HITTA HEM PÅ ÄLDRE DAR MED JACKE SJÖDIN	
V39	23 26	HELDAG FÅGELSKÅDNING MÅNADENS LUNCH	
OKT.	V40	1	MEDLEMSMÖTE
		2	START PROMENAD NORRA KAJEN START STYRKETRÄNING
	V41	08 09 10	DIGITALT KAFÈ PUBKVÄLL ESTREET MED KLAS NORBERG START PROMENAD GRANLOHOLM
	V42	14	SNACKCAFÉ START AKVARELLCIRKEL START MATLAGNINGSKURS
	V43	22	DIGITALT KAFÈ
V44	31	MÅNADENS LUNCH	
NOV.	V45	03-10	MÅ-BRA RESA
		05	MEDLEMSMÖTE
	V46	11 13	SNACKCAFÉ MUSIKQUIZ PÅ ORANGERIET
	V47		
V48	28	MÅNADENS LUNCH	
DEC.	V49	01-02	ADVENTSKRYSSNING MARIEHAMN OCH BLÅ HALLEN
		03	MEDLEMSMÖTE
V50	09	SNACKCAFÉ	

Padel och bordtennis pågår året runt. Vi planerar för fler aktiviteter. Komplet information om programmet finns på Frejas hemsida www.spf.se/freja