



© Mayo Foundation for Medical Education and Research. All rights reserved.

Hösten 2020

"POWERWALK / STAVGÅNG" med eller utan stavar

ONSDAGAR KL 11 - 12 nivå: medel tempo

Ca 45-50 min, alla + 65 välkomna

samling på torget utanför FLOTTILJEN

bekväma lämpliga skor och kläder för väder!

Prel Start: Onsdag 14/10 – Avslut: Onsd?

(Vi slutar med gång-gruppen när det fryser på och blir halt el snöigt!!)

INGEN FÖRANMÄLAN!

ALLA SOM KOMMER FÅR GÅ MED!

MEN VI HÅLLER AVSTÅNDET TILL VARANDRA! 😊

HJÄRTANS VÄLKOMNA! / Madeleine Uvhagen