



Ängebo IK,

Sommarens friskvårdsvandringar i Svågadalen. 65+

Vill du ha sällskap med flera och se mer av vår vackra dalgång, så kom gärna med på våra

dagvandringar. Tisdagar kl. 11.00 med start 30 maj. Samlingsplats enligt program nedan. Vi kommer i samband med vandringarna, även att lägga in lämpliga övningar för lättare styrka och smidighet. Man tar med egen matsäck eller fika för att få en trevlig avslutning på aktiviteten.

Information om **65+** aktiviteterna kommer på **Facebook, hemsidan (angeboik.se)** samt i Svågadalsbladet. Andra daglediga får självklart delta i aktiviteterna. OBS! Se även våra sidor eller ring någon av ansvarig om det är regn och vi ställer in eller byter dag.

Info. Maj-Lis 070-5253096 eller Mona 073-0822525



Vandringar 2023.

30 maj	Svågavallen IP	11.00
07 juni	Motionscenter Bratthé	11.00
13 juni	Handlarn Ängebo	11.00
20 juni	Havrabadet	11.00

Sommaruppehåll

Nytt program i augusti.



Tips, se även våra kulturvandringar.

Välkommen! Ängebo IK,