

UTEAKTIVITETER UNDER HÖSTEN 2022

UTEGYM måndagar kl 10-11

Varannan vecka gymmar vi vid Östanlid. Då samlas vi utanför huvudingången. Beroende på vädret gymmar vi antingen i skogen eller på bryggan.

Drop in – ingen anmälning!



5.9 Östanlid

12.9 Villa Jung (samling vid vattentornet)

19.9 Östanlid

26.9 Motionstrappan och nya "gymmet" (samling på plats)

3.10 Östanlid

10.10 Gamla Hamn – nya gymmet (samling på plats)

17.10 Östanlid

24.10 Villa Jung (samling vid vattentornet)

31.10 Östanlid

UT PÅ TUR – ALDRIG SUR onsdagar kl 13.30

Start från Östanlid 13.30

Anmäl till Friska Tag dagen före om deltagande.

7.9 Vandring till Grötberget i Sandsund. Kort ca 2 km, lång ca 6 km). Egen picnic med.

21.9 Cykelutfärd (ca 12 km). Vi dricker kaffe vid Strandis.

5.10 Vandring Nykarleby/Andra sjöområdet. Kort 1-2 km, lång 5-6 km. Egen picnic med.

19.10 Vandring i Kållby vid arbetsplatsberget.. Egen kaffetermos med.