

## MÅNDAGAR

### STAVGÅNG/PROMENAD

Datum: 19/8 - 9/12 oavsett väder. Vi träffas kl. **11.00**  
i korsningen Ramnagatan-Vattugatan och går Ramnasjön runt.  
Ledare: Britt-Marie Andersson 0730-64 08 35



### BOKCIRKEL

Datum: 26/8, 23/9, 28/10 och 25/11 Träffpunkt Simonsland kl. **10.00-12.00**  
Vi läser olika författare som vi bestämmer tillsammans.  
Ledare: Monica Lofström 0760-13 92 53



### MJUKBOWLING

Start: 2/9 - 9/12  
Plats: Träffpunkt Simonsland, Åsikten plan 2 kl. **11.00-12.30**  
Anmälan: Kansliet 0760-13 92 53  
Ledare: Ann-Marie Nilsson och Gun Lind



### PYSSEL

Datum: 19/8 - 9/12 Träffpunkt Simonsland, plan 3 kl. **12.30-15.30**  
Ledare: Inger Tengskog 0702-43 04 12



### QI GONG

Datum: 19/8 - 9/12 OBS! ej 23/9  
Plats: Träffpunkt Simonsland, stenen kl. **15.30 - 16.30**  
Ledare: Aino Svedberg 0708-83 17 39



## TISDAGAR

### PROMENAD

Start: 27/8 - 10/12 Vi träffas vid Café Tant Grön, Allégatan kl. **13.30**  
Ledare: Ann-Marie Nilsson 0768-47 84 05



### FIKA

Datum: 27/8 - 10/12 Vi träffas på Café Tant Grön, Allégatan kl. **14.00**  
Ledare: Gullvig Olsson 033-12 65 96



### BAD

Datum: 20/8 - 10/12 på Rehabbadet SÄS  
Kl. **16.15 - 17.00**  
Kostnad: **200 kr**/termin, betalas in under september på BG: 5963-4295  
Anmälan: Kansliet 0760-13 92 53  
Ledare: Karin Gustafsson



OBS!  
Glöm inte  
badmössan!

## ONSDAGAR

### KAFFEBÖNORNA

Start: 28/8, kl. **13.00** träffas vid brunnen på Stora Torget och går och fikar tillsammans  
Ansvarig: Gudrun Hammargren 0703-44 28 92  
Övriga datum bestäms från gång till gång.



### BAD

Datum: 21/8 – 11/12 på Rehab  
Kl. **12.00-13.00**  
Kostnad: **200 kr**/termin, betalas in under september på BG: 5963-4295  
Anmälan: kansliet 0760-13 92 53  
Ledare: Aino Svedberg 0708-83 17 39



## TORSDAGAR

### KOM OCH TRÄNA MED OSS EFTER DIN FÖRMÅGA

Det finns tre olika cyklar, en crosstrainer och ett gåband. Fitnessbollar, balansbrädor, step-up brädor, gummiband mm.  
Vi har även tillgång till omklädningsrum, dusch och bastu.

Start: 5/9 - 7/11, Träffpunkt Simonsland kl. **11.00-13.00**  
Anmälan: Kansliet 0760-13 92 53, max 10 deltagare.  
Ledare: Inger Tengskog 0702-43 04 12 och Marianne Ahl 0730-58 55 70



### STADSPARKSBADET

Start: 29/8-19/12  
Kl. **13.00 - 14.30**  
Ledare: Elisabeth Enqvist  
Anmälan: kansliet 0760- 13 92 53  
Kostnad: Badbiljetten får Du själv stå för. Rabatterat pris vid uppvisande av medlemskort.



Meddela gärna din ledare eller kansliet om Du inte kan närvara på din aktivitet som Du är anmäld till.

### Reumatikerföreningen Borås

Viskastrandsgatan 5  
506 30 BORÅS

Telefon kansliet: måndag-torsdag 08.00 - 13.00, 0760-13 92 53

BG:5963-4295

mail: boras@reumatiker.se

hemsida: www.reumatiker.se/boras



Träffpunkt Simonsland