

Prova -på dag i Hammarö Arena och Djupängens äldreboende.

En familjedag där stora och små kan komma och prova på olika aktiviteter.

Vi bjuder på korv och massor med roligheter!

Datum: 22 april.

Tid: 10.00 –14.00

Program:

I Arenan:

Gå -Fotboll med IFK Skoghäll Herr.
Innebandy flex med Skoghalls Innebandy.
Fallteknik och kampsport med Hammarö fightclub.
Dans med Hammarö dancing team.
Djupängens personliga tränare.

Utomhus:

Fritidsbanken.
Tipspromenad.

Djupängen:

Träffa hästar med Hammarö Ryttarförening.
Hoppmatta för barnen!
Korvgrillning
Rundtur i våra lokaler.

Föreläsningar i Arenan:

11.00 Friskvården i Värmland – Motionsvanor.
12.00 RF-SISU Värmland – Stöd och stöttning för föreningar som vill engagera äldre.





Gå -Fotboll

Skoghallen



Innebandy Flex



Föreläsningar
Stora
Konferensen
Våning 2

Trappa till läktare
Våning 2
Skoghallen



Dancing Team Club Hammarö

- dans för alla -

Dans



Fallteknik/Kampsport

Djupängens
personliga tränare

Tassehallen

Du är
här

Djupängen



Träffa hästar med Hammarö Ryttarförening

Hoppmatta för barnen!

Korvgrillning

Rundtur i våra lokaler

Fritids[®]
banken

Tipspromenad