



## Vecka 5 startar vi vårens seniorpass.

Vi erbjuder åter walking på torsdagar kl 10.00, vi samlas vid scoutstugan på Ängenäs.

Vecka 5 startar vi ett pass, på parkeringen vid Ängenäs äldreboende, som liknar Cirkelpasset vi hade i våras 2020. Men i vår är passet anpassat så att man står "på sin plats" framför ledaren. Alla övningar görs stående och vi använder inga redskap. Du som brukar träna med Sofia på TV kommer att känna igen dig i uppbyggnaden av passet fast här får du härlig musik att träna till.

Kom och prova! Vi håller i, håller ut och håller avstånd!

Seniorklubben