



NACKA SENIORCENTER

SJÖTÄPPAN

JULI 2026

14/7 tisdag	Vi firar kronprinsessan på trädgårdskaféet i Hälsoträdgården	14:00-15:00
23/7 torsdag	Korvgrillning vid A-husets entré	14:00-15:00



VECKOAKTIVITETER

Måndag	Sitt-dans & Promenad i gymmet Musik & kafé i Hälsoträdgården*	11:00-11:45 14:00-15:00
Tisdag	Qigong & Promenad i gymmet Trädgårdskafé i Hälsoträdgården*	11:00-11:45 14:00-15:00
Onsdag	Sitt-gympa & Promenad i gymmet Musik & kafé i Hälsoträdgården*	11:00-11:45 14:00-15:00
Torsdag	Qigong & Promenad i gymmet Trädgårdskafé i Hälsoträdgården*	11:00-11:45 14:00-15:00
Fredag	Sitt-dans & Promenad i gymmet Boule & kafé vid boulebanan utanför A-husets entré*	11:00-11:45 14:00-15:00
Lördag	Kafé i Sjösala	ca kl 15:00-
Söndag	Kafé i Sjösala	ca kl 15:00-

*Vid dåligt väder är vi inomhus i A-husets stora matsal.