

## SÖNDAG

Tåget går till Järvsö där transferbuss hämtar vid stationen. Meddela vilket tåg du kommer med. Eller så tar du bil direkt till Camp Järvsö. Samåk gärna.

15:00 INCHECKNING, Fika & Smörgås

16:00 TRÄNINGSMIX

18.30 MIDDAG

20:00 HÄLSINGE-QUIZ

## MÅNDAG

07:30 RÖRLIGHET alt. MORGONPROMENAD

08.00-10.00 FRUKOST

10:00-15.00 UTFLYKT & VANDRING - VÅLSJÖ KVARN

13.00 DANSYOGA

16:00 CIRKELTRÄNING

17.00 BÅGSKYTTE

18.30 MIDDAG

20.00 FÖRELÄSNING "Från rollator till Marahon"

## TISDAG

07.30 YOGA alt. MORGONPROMENAD

10.00-15.00 UTFLYKT & VANDRING: Stenegård & kyrkvandring

16.00 GYMPA

17.00 BÅGSKYTTE

18.30 MIDDAG

DANSKVÄLL

19.45 AVFÄRD 1 till Logdansen i Nor

## ONSDAG

07:30 RÖRLIGHET alt. MORGONPROMENAD

08.00-10.00 FRUKOST

10:00-13.00 VANDRING - Kärleksstenen

13.30 SKOGSBAD

14.30 DANS 30 min

15.00 RÖRLIGHET 30 min

16.00-17.30 BÅGSKYTTE med tävling

18.30 MIDDAG

20.00 BILDSPEL & BARHÄNG

21.00 GODNATT-YOGA 30 min

## TORSDAG

07.30 YOGA alt. MORGONPROMENAD

08.00-10.00 FRUKOST

10.00 TRÄNINGSFINAL kortspelsträning & dans

12.00 UTCHECKNING & LUNCH

13.30 TRANSFER TILL JÄRVSÖ

## ALLTID PÅ CAMP JÄRVSÖ

- LÖPNING
- VANDRING
- OUTDOOR ARENA
- GYM
- MÄSTARBANA
- BOULEBANA
- 3D PILBÅGSBANA
- AKTIVITETSRUM
- KANOT, KAJAK & SUP

Allt detta och mer därtill, bara fantasin sätter gränser!



CAMP JÄRVSÖ