

# Kontakt

## Smålandsidrotten

Linda Odqvist  
tfn 036-34 54 04  
linda.odqvist@smalandsidrotten.se

## Region Jönköpings län

Lena Hedin  
tfn 010-242 45 27  
lena.hedin@rjl.se

## Habo vårdcentral

Daniel Nilsson  
*sjukgymnast*  
010-242 48 80  
daniel.nilsson@rjl.se

Habo, våren 2018



# Senioridrott *Prova på!*

# Senioridrott

## Prova på!

Genom samverkan mellan lokala idrottsföreningar, sjukgymnastiken på Habo Vårdcentral, Region Jönköpings län och Smålandsidrotten erbjuder vi en möjlighet att hitta "Aktiviteten för dig" som är 65 år och äldre. Satsningen är kostnadsfri men platserna är begränsade för att aktiviteterna ska fungera på ett bra sätt. Ta med badkläder för bassängträning och träningskläder samt skor för inom- respektive utomhusbruk vid andra aktiviteter.

Anmälan sker till:

**Linda Odqvist**  
Idrottskonsulent

**E-POST**  
linda.odqvist@smalandsidrotten.se

**TFN**  
036-34 54 04

**ANMÄLAN**  
senast 1 mars 2018



FOTO: BILDBYRÅN

## Aktivitetschema Habo, våren 2018

Dag	Tid	Aktivitet	Förening/arrangör	Plats	Kontaktperson
Ons 7 mars	16.30-17.30	Bassängträning	Mullsjö Dykarklubb	Mullsjö simhall Brunnsvägen 1	Magnus Roslund tfn 070-531 47 75
Ons 14 mars	16.30-17.30	Bassängträning	Mullsjö Dykarklubb	Mullsjö simhall Brunnsvägen 1	Magnus Roslund tfn 070-531 47 75
Tors 22 mars	16.00-16.45 ca	Styrke-, konditions- och balansträning	Habo Judoklubb	Träningslokalen (Dojon) på Slätten	Pontus Daag tfn 072-729 44 50
Tors 12 april	16.00-16.45 ca	Styrke-, konditions- och balansträning	Habo Judoklubb	Träningslokalen (Dojon) på Slätten	Pontus Daag tfn 072-729 44 50
Tis 17 april	18.00-19.00	Friidrott	Habo Friidrott	Slättens IP, Friidrott	Michael Ostrelius tfn 070-458 06 70
Tis 24 april	18.00-19.00	Friidrott	Habo Friidrott	Slättens IP, Friidrott	Michael Ostrelius tfn 070-458 06 70