

Bjuder in till **"SENIORDAG"** i Rotebro!

Med föreläsning & dans för alla!

Måndagen den 26 maj kl: 13-16

Välkomna att höra en föreläsning med forskaren, läkaren och

professorn ***Mai-Lis Hellénus***



Kl: 13.00 – 14.00 i Rotebrokyrkan

Mai-Lis talar bl.a. om hur vi kan påverka vår livsstil med träning och kost.

- Hur farligt är egentligen stillasittandet? Vilken är den bästa maten för oss?

Kl: 14.00-14.45 fikar vi tillsammans, har dragning på lotteriet, 20:-/lott

Därefter går alla som vill dansa & lära sig lite härlig dans med ledare

Ursula Boijer Josephson, till Rotebro Arena (i Rotebro C)

Kl: 15.10 - 16.00 "Alla kan dansa" – Kom och testa på lite olika och lättare

"latinorytmer" med bl.a. Zumba, Cha-Cha, Salsa, Bachata

Så kul - passar alla som gillar dans!

Anmäl dig med ett sms el. telefonsamtal till SSG Tel: 070-440 02 05

Anmäl gärna även en vän (man behöver inte vara medlem i SSG för att delta)

Pris: 100:- för föreläsning, fika och dans

Bankgiro 5131 - 3294 Skriv ditt namn & Senior dag på både anmälan & betalning!

Tag med: Vattenflaska & inneskor för dans i Arena Rotebro. Kontanter eller Swish till lotteri med fina priser! 20 kronor lotten.

Adresser: Rotebrokyrkan = Ytterbyv. 4 E & Arena Rotebro = Hertig Karls Väg 13 (ingång via Folktandvården)

Tips: Parkering vid Rotebro C. el. Ta buss 520 el. Ta pendeltåget till Rotebro station!

Varmt välkomna!