



## Club Nórdico

Calle Hernán Cortés 4, Fuengirola  
Tlf. 952 667 067  
Clubnordico.eu  
clubnordico@gmail.com

### **Veckobrev 23 – 29 januari 2017**

*I fredags, 13 januari hade vi Roulett för första gången detta år. Det var fullt hus och mer därtill. Ca 60 personer deltog i detta.*

*På lördagen den 14 januari var det dags för första trivselträffen med V75. Det bjöds på rotmos och skinka som visade sig vara mycket uppskattad. Dessutom hade vi 6 rätt på V75. Vinsten stannade precis under de 5 euro som krävs för utdelning. Nästa spelomgång kommer alltså att få mycket pengar att spela för. Så passa på att vara med, ju fler hästar vi kan ha med ju större vinstchans. Nästa speltillfälle blir den 28 januari.*

#### **Vårt hälsoprogram:**

*I fredags, 13 januari startade vattengympan igen. Detta är en form av gymnastik som främjar rörlighet och ger styrka i hela kroppen. Denna aktivitet fortsätter framöver på fredagarna.*

*Igår, 18 januari började en ny hälsoaktivitet. Det var medicinsk quigong som leddes av Kia Englund. Mjuka rörelser som gör oss lite mjukare och som även främjar lungkapaciteten. Kia kommer att fortsätta med detta framöver.*

#### **Reklam för:**

*På lördag, 21/1, har vi "vinterfest". Och med tanke på nuvarande väder kanske man kan ha skidor på fötterna. Glöm inte vantarna!!!! Så alla ni som har anmält er till denna fest är hjärtligt välkomna att äta gott och ha ROLIGT! Klockan 18.00 öppnas dörrarna.*

*På tisdag den 24/1 är det dags för årets mandelblomsresa. Resan går österut förbi Malaga. I höjd med Malagas botaniska trädgård tar man av inåt landet och får förhoppningsvis se de vackra mandelblommorna. För mer info, se affischen.*

*Torsdag 26/1 är det, som vanligt sista torsdagen i varje månad, dags för PUB-afton. Kl. 19.00*

*Apropå kylan....*





## Club Nórdico

Calle Hernán Cortés 4, Fuengirola

Tlf. 952 667 067

Clubnordico.eu

clubnordico@gmail.com

### **Måndag 23/1**

**Värdar: B-A Lotta och Hans A**

- *Boule i Parque Rosario i Los Boliches kl. 12.30*
- *Square-dance kl. 15.30. Det är fortsättningskurs som Anders och Birgitta leder.*

### **Tisdag 24/1**

**Värdar: Eva och Myran**

*Lenas goda Taximacka serveras*

*Mandelblomsresan går av stapeln denna dag. Påstigning enligt schema.*

- *Spanskakurs med Rosita kl. 09.30-11.00*
- *Medicinsk Quigong kl. 15.30*

### **Onsdag 25/1**

**Värdar: Boris och Nina**

*De goda väfflorna kommer förstås att finnas att köpa*

- *KUBB. Parque Rosario i Los Boliches kl. 12.30.*
- *Medlemsmöte kl. 15.00*

### **Torsdag 26/1**

**Värdar: Tommy och Evy**

*Den goda Ärtsoppan med pannkakor och punsch serveras.*

- *Målarkurs kl. 15.00*
- *PUB-afton kl. 19.00*

### **Fredag 27/1**

**Värdar: Lennart, Hans A och Anja**

- *Boule i Parque Rosario i Los Boliches kl. 12.30*
- *Vattengymna med Tommy kl. 12.00. Tommy möter utanför 11.30-11.45. Glöm inte badmössa och badskor.*
- *”Rysk Roulette” med B-A startar kl. 16.00. Den goda korven serveras i pausen.*

### **Lördag 28/1**

**Trivselträff med V75.** Vi öppnar kl. 14.00. Maten serveras ca 14.30 till dess alla är belåtna eller förstås så långt maten räcker.