



# Fun activities for everyone!

- Älskar du sport och vill du motionera? Nu startar vi aktiviteter för alla över 18 år. Hör av dig till oss och berätta vad du vill göra!  
*Do you love sports and do you want to exercise? We are planning to start activities for everyone over 18 years. Please, contact us and let us know your wishes. What activities do you like?*
- Är du intresserad av att bli ledare/tränare för en aktivitet som du har erfarenhet av? Hör av dig till oss så hjälper vi dig att starta en grupp. Du får hjälp av oss att komma igång!  
*Are you interested in becoming a coach for an activity you have experience of? Get in touch with us and we'll help you to start a group activity.*

## Exempel på aktiviteter:

Spela fotboll  
Spela volleyboll  
Spela basket  
Promenera tillsammans i grupp  
Springa tillsammans i grupp  
Motionsgymnastik

## Examples of activities:

Play football  
Play volleyball  
Play basketball  
Walk together in a group  
Run together in a group  
Gymnastics just for fun

## Skicka ett sms eller ring till oss!

*Send us a textmessage or call us and tell us your wishes!*

Stina, 070-686 80 57

Niklas, 070-686 80 51



*Stina and Niklas from project Easy going activities welcomes both men and women!*