

Det här händer i Örnsköldsvik hösten 2020. Vår första målgrupp är föreningens medlemmar men närstående är också välkomna. Vi anpassar givetvis aktiviteterna till Corona pandemins villkor och sena ändringar kan bli aktuella.

FYSISK AKTIVITET

Promenera tillsammans

Gå Hörnsjön Runt och var social samtidigt som du tillämpar fysisk distansering och får motion.

Varje tisdag 14.00 from 25/8.

Fika vid målgång, men ta med egen kopp.

Ingen anmälan krävs, ta gärna med kompis.

FÖREDRAG

Fysisk träning med diabetes typ 1

Kom och lyssna på Stig Mattson och Robin Bryntesson prata om blodsockerreglering vid fysisk träning.

2020-09-09 17.00-21.00

Plats Arkens Konf Centrum Pinassen

Av corona skäl är max antal åhörare 45 personer.

Först till kvarn gäller.

Anmälan senast den 31 augusti till monica@rubinmedical.se

PROVA PÅ NÅGOT
NYTT

Golf och diabetes?

Puttom 2020-09-27 kl 15.00-16.30

Golf och diabetes går bra ihop.

Kom och testa på Puttom och få info, prova putta och slå tillsammans med pro Petter och några andra som redan är fast.

Anmälan till Anna Forsberg 073 051 7070 efter kl 18.00

För mer info och detaljer kring resp aktivitet
se <https://www.facebook.com/ornskoldsviksdiaabetesforening/>