

# Friskvårdsdagen 16/11

## Kort info om tipsrundan:

Den kommer att gå utomhus på gatorna kring skolan, så klä er varmt!

Vi kommer att ställa tidskriftssamlare vid receptionen, en till varje årskurs, med svarstalonger och kartor som visar var tipsrundan går. Pennor har vi däremot inte. Det vore det bra om ni kunde ordna i arbetslagen alternativt att eleverna har med sina egna.

Tid	7a	7b	7c
8.30	Tipsrunda utomhus	Avslappning Kristina Nedre idrotten	Friskvård Anna V Övre idrotten
9.30	Friskvård Anna V Övre idrotten	Tipsrunda utomhus	Avslappning Kristina Nedre idrotten
10.30	Avslappning Kristina Nedre idrotten	Friskvård Anna V Övre idrotten	Tipsrunda utomhus

Lunch kl 11.20 (på årskurs 6's tid eftersom de är borta). Eftermiddag planeras av arbetslaget.

Tid	8a	8b	8c
12.00	Tipsrunda utomhus	Mindfulness Stina 319	Handmassage Lena Emma Caféet
13.00	Handmassage Lena Emma Caféet	Tipsrunda utomhus	Mindfulness Stina 319
14.00	Mindfulness Stina 319	Handmassage Lena Emma Caféet	Tipsrunda utomhus

Lunch kl 11.00. Förmiddagen planeras av arbetslaget.

Tid	9a	9b	9c
8.30	Tipsrunda utomhus	Handmassage Lena Emma Caféet	Mindfulness Stina 319
9.30	Mindfulness Stina 319	Tipsrunda utomhus	Handmassage Lena Emma Caféet
10.30	Handmassage Lena Emma Caféet	Mindfulness Stina 319	Tipsrunda utomhus

Lunch kl 11.20. Eftermiddagen planeras av arbetslaget.