

södrastrand

Nu inviger vi Luleås nya sommarhäng med en fullspäckad premiärvecka:

MÅNDAG 22/6

Öppningsdag!

14.00-16.00: Spela fotboll med IFK Luleå

Fotbollsaktiviteter, alla åldrar.

16.00-16.40: Träna ett pass med Hermelinen

Tabata med Maria Buska. Ett träningspass med korta högintensiva intervaller med kroppen som redskap, passar för alla. Ingen anmälan krävs, passet är gratis.

17.00-18.00: Träna ett pass med Crossfit Holistic

Rolig, hård och funktionell träning. Alla kan vara med! Ingen anmälan krävs, passet är gratis.

TISDAG 23/6

07.00-07.45 Morgonyoga med Hermelinen

Morgonyoga på stranden med Camilla Andersson. Ingen anmälan krävs, passet är gratis. Utgår vid regn.

10.00-13.00: Spela fotboll med IFK Luleå

Fotbollsaktiviteter, alla åldrar.

18.30-19.15: Träna ett pass med Hermelinen

Hermelinen Outdoor med Roger Granqvist. Cirkelträning med hela kroppen som verktyg. Vi jobbar igenom kroppen med roliga och enkla övningar. Ingen anmälan krävs, passet är gratis.

ONSDAG 24/6

14.00-16.00: Spela fotboll med IFK Luleå

Fotbollsaktiviteter, alla åldrar.

17.3-18.30: Träna ett pass med Inpuls

Soma Move - Kraftfulla rörelser i ett flöde där du jobbar med kroppen som ditt motstånd och underlaget som ditt redskap. Ta gärna med en yogamatta om du har en. Ingen anmälan krävs, passet är gratis.

18.30-19.10: Träna ett pass med Hermelinen

Tabata med Maria Buska. Ett träningspass med korta högintensiva intervaller med kroppen som redskap, passar för alla. Ingen anmälan krävs, passet är gratis.

TORSDAG 25/6

09.00-11.00 Luleå Hockey tränar på Södra strand

Kom och titta på när herrlaget tränar ett av sina försäsongspass på Södra strand.

18.00-20.00 Luleå Hockey/MSSK tränar på Södra strand

Kom och titta på när Luleås nya damlag tränar på Södra strand.

FREDAG 26/6

16.00-17.00: Träna ett pass med Crossfit Holistic

Rolig, hård och funktionell träning. Alla kan vara med! Ingen anmälan krävs, passet är gratis.

17.00-18.00: Prova på att paddla kajak med Luleå Kanotklubb

Ingen anmälan krävs, passet är gratis.

LÖRDAG 27/6

11.00-15.00: FAMILJEDAG PÅ SÖDRA STRAND

- Prova på Segway med Segway i Norr
- Nyhléns och Hugosons grillar korv, 5 kronor styck
Pengarna går oavkortat till Barncancerfonden.

• Ansiktsmålning och ballonger till alla barn

11.00-13.00: Räddningstjänsten på plats

Träffa Luleås brandmän och kika in i en brandbil. Livräddningsbåten finns även på plats.

VILL DU DELTA MED NÅGON AKTIVITET PÅ SÖDRA STRAND?

MEJLA TILL:

sodrastrand@meramedia.se

VI TAR ENDAST KORT I KIOSKEN



PINGIS, BOULE STREETBASKET, BEACHVOLLEYBOLL, KAJAKUTHYRNING, PUMPTRACKBANA