

Program

Måndag 4.mai

14:00	Velkommen Info om dagane på Alex Bli kjent og meld deg på aktivitetar
15:00	Tur med Loen Skylift til Hoven. Kari Faleide møter oss på hotellet, ordnar bill. og tar oss med på vandring på Hoven. Rabatert pris kr. 380 per person.
15:00	Yoga med Rebekka
16:00	Sterk og stødig ved Magny
18:00	Kviss ved Ingeborg
19:00	Middag
21:00-24:00	Dans med Terje Våge

Tysdag 5. mai

07:00-10:00	Frukost
09:30-10:00	Fellessamling/info
10:00-11:30	«Kommunal beredskap og eigenberedskap». Foredrag ved Jan Birger Moe, leiar beredskapsutval i Sunnfjord Kommune.
11:30	Sterk og stødig ved Magny
13:00	Lunsj
14:00	Yoga med Rebekka
14:00	Turnering (shuffle-board m.m.) ved Kjell Nygård
15:00	Bygdevandring i Loen ved Kari Faleide
19:00	Middag
21:00-24:00	 Steinar Engelbrektson spelar til dans

Onsdag 6.mai

07:00-10:00	Frukost
09:30	Sterk og stødig
10:00	Historia til hotellet ved Olav Faleide
10:30	Yoga med Rebekka
11:30	Songstund ved Steinar Engelbrektson
12:30	Avslutning. Info om Pensjonistforbundet og medlemsfordelar. Takk for i år!

Forbehold om endringar i programmet.

Andre tilbod på hotellet:

Alexandra Bad med boblebad inne og ute, vannsklie, inne- og utebasseng m.m.

Velværeavdeling med treningsrom, moderne styrkeapparat, spinningssyklar, bordtennis, biljard, snooker, shuffle-board, darts, airhockey, fotballspel og salongar.

Spa-avdelinga: sjekk nettside eller kontakt resepsjonen. Bestiller du behandling for meir enn kr 600,- er det fri inngang til Spa-avdelinga same dag. Vi anbefalar at du bestiller Spa-behandlingar i god tid på førehand. På rommet finn du badekåpe og tøfler til vaksne.