**Plats:** Norra Djurgården - Stora Skuggan.

Samlingsplats samt start och mål är vid Amfiteatern, några minuters promenad från Stora Skuggans Värdshus.

Buss t o r erbjuds och behov anges i anmälan, vi uppmanar dock att så många som möjligt tar sig dit på alt sätt, t.ex. cykel, jogging eller promenad.

**Aktiviteter att välja på:** 5 km promenad

2 km promenad med tipsfrågor. ​

**​Bussar avgår till Stora Skuggans Värdshus** :

​från T 64 kl. 0815                från TrV kl. 0815                 från L 24 kl. 0815

**​Tidsschema:**

Ankomst/Samling Amfiteatern, Stora skuggan               Kl. 0830-0850​
Uppvärmning med Camilla & Linn                                      Kl. 0900

Bussar åter till L 24, TrV & T 64                                           Från kl. 1045 och framåt

Vi bjuder på smörgås och dryck. Tänk på att uppge i anmälan om du har någon allergi​.

**12.30 – 14.00 Personalinformation i Münchenbryggeriet**

Obs! Ta med dig giltig ID-handling (körkort, pass, tjänstekort som är giltigt).

**Anmälan senast 19 sep till** ingela.jegardt@mil.se

Ange som rubrik HKV Friskvårdsdag.

Ange i mailet om du önskar att åka buss till Stora Skuggan och från vilket ställe.

Ange också om du vill vara med på friskvårdsaktiviteten på fm och/eller personalinformationen på em.

Underteckna med namn och personnr.

Varmt välkomna till HKV Friskvårdsdag!