



Roliga aktiviteter för alla



Dragkamp



Kanotfärd

## Två dagar i skärgården med Swedish Fitness.

---

### Vad hände? Dag 1

- Färd ut till Skärgården.
- Välkomstdrink samt genomgång av dagarna ute på bryggan
- Tvårättersmiddag på restaurang.
- Mycket prat och mys!
- Därefter vedeldad bastu och badtunna utmed havet.
- Övernattning.

### Vad hände? Dag 2

- Frukost.
- Konferens möjligheter med allt där till.
- Därefter promenad och/eller gympapass utmed havet.
- Kajakpaddling, dragkamp, tält race, stafett, simning (om väder och vind tillåter) aktiviteterna skräddarsys så de passar alla.
- För oss som vill ta det lite lugnare, båttur ut på en ö för att grilla och koppla av.
- Båtfärd till Skärgårdsrestaurang.
- Dagarna rundas av med en rolig prisutdelning.