

# Seniorresa med Apollo Sports Cavo Spada, Kreta

apollo  sports

## Lördag 12 oktober 2024— Ankomstdag

17:00 Välkomstmöte med bubbel  
19:00 Gemensam middag

## Söndag 13 oktober 2024

08:00 Morgonpromenad/Morgonyoga  
10:00 Pilates/Aerobic  
12:00 Vattengympa  
17:00 Social Tennis  
19:00 Gemensam middag  
20:30 Musik Quiz

## Måndag 14 oktober 2024

08:00 Morgonpromenad/Morgonyoga  
10:00 Step Basic  
12:00 Vattengympa  
17:00 Funktionell Träning  
19:00 Gemensam middag

## Tisdag 15 oktober 2024:

08:00 Morgonpromenad/Morgonyoga  
10:00 Les Mills Shapes  
12:00 Vattengympa  
17:00 Social Padel  
19:00 Gemensam middag

*Möjlighet till vandring genom Imbrosvavinen.  
Bokning av utflykter öppnas upp närmare inpå avresa.*

## Onsdag 16 oktober 2024:

08:00 Morgonpromenad/Morgonyoga  
10:00 Dans  
12:00 Vattengympa  
17:00 Seniorträning  
19:00 Gemensam middag

*Möjlighet till utflykten "Mitt älskade Kreta"  
Bokning av utflykter öppnas upp närmare inpå avresa.*

## Torsdag 17 oktober 2024:

08:00 Morgonpromenad/Morgonyoga  
10:00 Funktionell Träning  
12:00 Vattengympa  
17:00 Les Mills Body Balance  
19:00 Gemensam middag  
20:30 Bingo

## Fredag 18 oktober 2024:

08:00 Morgonpromenad/Morgonyoga  
10:00 Dans  
12:00 Vattengympa  
17:00 Les Mills Shapes  
19:00 Gemensam middag  
20:30 Poolparty!

## Lördag 19 oktober 2024—Hemresedag

Transferbussens upphämtningstider för dig som stannar en vecka skickas ut 2-3 dagar före hemfärd.

Frågor?  
Har du några frågor eller  
funderingar är du varmt  
välkommen att höra av dig  
till oss på [sports@apollo.se](mailto:sports@apollo.se)

