

VIF Stockholm på 3Arena - 10 oktober

Schema förmiddag

- 08:45 - 11:00 Fotboll 11 manna (mix)
- 09:00 - 09:30 Postural training
- 09:40 - 10:10 Functional training
- 10:30 - 11:00 Core "Moveoo-style"
- 11:00 - 12:00 Mingla & spela Curling med Lag Hasselborg
- 11:00 - 12:00 Gå fotboll & prova på Cricket
- 11:10 - 11:40 Styrka - fokus ben med Felix Monsén
- 12:00 - 12:30 Världsrekordförsök i Rundpingis!
- 12:30 - 13:30 Lunch inkl. Intervju med Felix Monsén & Lag Hasselborg

Schema eftermiddag

- 13:30 - 15:00 Kast med liten boll, golftävling & discgolf
- 14:00 - 14:30 Soma Move
- 14:40 - 15:40 Salsa
- 15:00 - 17:00 Brännboll (6 lag, 2 grupper)
- 16:00 - 16:30 Yoga
- 17:00 - 17:30 Shuffle Dance
- 17:30 - 18:30 Dusch & ombyte
- 18:30 - 01:00 Bankett
- 20:45 - 23:00 Sverige vs Schweiz (VM-kval)

Prova på aktiviteter utan tidsbokning Pickleball, Tipspromenad, Carrom, Couronne, FIFA 2025, Cornhole

Lag Hasselborg - Våra Curlingdrottningar

Lag Hasselborg är Sveriges mest framgångsrika damlag i curling - olympiska mästare, världsstjärnor och ständiga medaljfavoriter. Med OS-guld från 2018, OS-brons 2022 och dubbla EM-guld har laget visat att de tillhör världseliten. Med passion, precision och en unik laganda fortsätter Lag Hasselborg att inspirera och dominera på de största scenerna - alltid med siktet inställt på nya segrar.



Felix Monsén - Sveriges fartkung i backen

Felix Monsén är en svensk alpin skidåkare som specialiserat sig på störtlopp och super-G. Med flera SM-guld, VM-meriter och en stark comeback efter svåra skador, har han visat att han är en av Sveriges mest målmedvetna och modiga fartåkare. Nu tränar han med världseliten och siktar mot OS 2026 - redo att skriva nästa kapitel i sin imponerande karriär.



Mer info & Anmälan via QR-koden!
Sista chansen - OSA senast 25 september!