



Nyhetsbrev



Katarina Sjöfartsklubb

En del av Stiftelsen Stockholms Sjöfartshotell

Hösten 2022

Sjöfartens Kultursällskap

Sjöfare är mer än transporter – det är kultur också!



Bokmässan Göteborg 22-25 september

Stiftelsen Stockholms Sjöfartshotell representeras i Sjöfartsmontern genom bl.a. Katarina Sjöfartsklubb.

Välkommen!

Programblad för Sjöfartsmontern finns på klubbens hemsida.

Måndag 26 september kl.14.00-15.00

"Yoga Slow med Jovanna Stolt"

Yoga Slow är en lugn yogaklass med inspiration från Medicinsk yoga. Klassen utförs på golvet eller sittande på stol.

Alla kan delta!

Anmälan senast 23 sep.!

Onsdag 28 september kl.10.00-11.00

"Cirkelträning i vårt fina gym med PT - Jovanna Stolt"

Alla kan delta! KOSTNADSFRI

Smoothie & smörgås 55 kr

Anmälan senast 26 sep.!

Torsdag 29 september kl. 13.00-16.00

Fartygvisning – kustbevakningens kombinationsfartyg 031

Mötesplats: Skeppsbron, kajplats mitt emot hotell Reisen.

Personal går från klubben 12.30

Måndag 3 oktober kl.14.00-15.00

"Yoga Slow med Jovanna Stolt"

Yoga Slow är en lugn yogaklass med inspiration från Medicinsk yoga. Klassen utförs på golvet eller sittande på stol.

Alla kan delta!

Anmälan senast 30 sep.!

Tisdag 4 oktober – Kanelbullens dag

Vi bjuder på kaffe och kanelbulle.

Onsdag 5 oktober kl.10.00-11.00

"Cirkelträning i vårt fina gym med PT - Jovanna Stolt"

Alla kan delta! KOSTNADSFRI

Smoothie & smörgås 55 kr

Anmälan senast 3 okt.!

Torsdag 6 oktober kl. 16.00-18.00

Ost- och vinprovning

Plats: Gamla Amsterdam – Hornsgatan

Pris: 400 kr per person (ord. Pris 695 kr)

Maxantal: 12 personer

Anmälan senast 29 sep.!

OBS! Bindande anmälan.

Måndag 10 oktober kl.14.00-15.00

"Yoga Slow med Jovanna Stolt"

Yoga Slow är en lugn yogaklass med inspiration från Medicinsk yoga. Klassen utförs på golvet eller sittande på stol.

Alla kan delta!

Anmälan senast 6 okt.!

Onsdag 12 oktober kl.10.00-11.00

"Cirkelträning i vårt fina gym med PT - Jovanna Stolt"

Alla kan delta! KOSTNADSFRI

Smoothie & smörgås 55 kr

Anmälan senast 10 okt.!

Torsdag 13 oktober

Lunch kl. 12.00 & kl. 13.00 Musik

Jam med Bosse, Jerka och Claes

Lunch: Höstsoppa med nybakat bröd.

Pris/pers. 75 kr exkl. dryck. Kaffe ingår.

Anmälan senast 9 okt.!

Måndag 17 oktober kl.14.00-15.00

"Yoga Slow med Jovanna Stolt"

Yoga Slow är en lugn yogaklass med inspiration från Medicinsk yoga.

Klassen utförs på golvet eller sittande på stol.

Alla kan delta! KOSTNADSFRI

Smoothie & smörgås 55 kr

Anmälan senast 14 okt.!

Onsdag 19 oktober kl.10.00-11.00

"Cirkelträning i vårt fina gym med PT - Jovanna Stolt"

Alla kan delta! KOSTNADSFRI

Smoothie & smörgås 55 kr

Anmälan senast 3 okt.!

Onsdag 19 oktober

Musikkryssning med ångbåt kl. 17.50

*Följ med Musikkåten Blidösund ut mot Vaxholm med **Kustbandet** som räknas till de förnämsta utövarna av den jazz som växte fram i Chicago och Harlem under "The Jazz Age".*

3-Rättersmiddag med sittning kl. 20.30

Avgång: 18.30 (**ombordstigning 17.50**)

Från: Skeppsbron nedanför Slottet

Åter: 22.15

Pris: 400 kr (ord.pris 795 kr)

Anmälan senast 11 okt.! 12 platser

OBS! Bindande anmälan.

Måndag 24 oktober kl.14.00-15.00

"Yoga Slow med Jovanna Stolt"

Yoga Slow är en lugn yogaklass med inspiration från Medicinsk yoga.

Klassen utförs på golvet eller sittande på stol.

Alla kan delta! KOSTNADSFRI

Anmälan senast 21 okt.!

Onsdag 26 oktober kl.10.00-11.00

"Cirkelträning i vårt fina gym med PT - Jovanna Stolt"

Alla kan delta! KOSTNADSFRI

Smoothie & smörgås 55 kr

Anmälan senast 24 okt.!

Torsdag 27 oktober

Lunch kl. 12.00 & kl. 13.00 Föredrag

"Omöjligt är ett hjärnspöke"

Föredragshållare: Eva Kullberg

I fem år seglade Eva ensam i en åtta meters segelbåt. Missa inte hennes berättelse.

Lunch: Laxsoppa och nybakat bröd.

Pris/pers. 75 kr exkl. dryck. Kaffe ingår.

Anmälan senast 23 okt.!

Måndag 31 oktober kl.14.00-15.00

"Yoga Slow med Jovanna Stolt"

Yoga Slow är en lugn yogaklass med inspiration från Medicinsk yoga.

Klassen utförs på golvet eller sittande på stol.

Alla kan delta! KOSTNADSFRI

Anmälan senast 28 okt.!

Vecka 44 HÖSTLOV - Inga programpunkter

Måndag 7 november kl.14.00-15.00

"Yoga Slow med Jovanna Stolt"

Yoga Slow är en lugn yogaklass med inspiration från Medicinsk yoga.

Klassen utförs på golvet eller sittande på stol.

Alla kan delta! KOSTNADSFRI

Anmälan senast 4 nov.!

Onsdag 9 november kl.10.00-11.00

**"Cirkelträning i vårt fina gym med PT -
Jovanna Stolt"**

Alla kan delta! **KOSTNADSFRI**

Smoothie & smörgås 55 kr

Anmälan senast 7 nov.!

Torsdag 10 november kl.17.00

Klubben håller stängt mellan kl. 15-17.00

"MARTHA-afton"

Program: presentation och filmvisning av
Martha samt lottdragning.

Buffé: Pris/pers. 225 kr exkl. dryck.

Anmälan senast 1 nov.! *Max 35 pers.*

Måndag 14 november kl.14.00-15.00

"Yoga Slow med Jovanna Stolt"

Yoga Slow är en lugn yogaklass med
inspiration från Medicinsk yoga.

Klassen utförs på golvet eller
sittande på stol.

Alla kan delta! KOSTNADSFRI

Anmälan senast 11 nov.!

Onsdag 16 november kl.10.00-11.00

**"Cirkelträning i vårt fina gym med PT -
Jovanna Stolt"**

Alla kan delta! **KOSTNADSFRI**

Smoothie & smörgås 55 kr

Anmälan senast 14 nov.!

Torsdag 17 november kl. 11.30-13.00

**Stadsvandring – "Intriger, skvaller och
förtal"**

Skådespelerskan **Lena Lövdahl** berättar
om kända stockholmare från 1700-talet
och ledsagar dig till platser de rört sig på.
Var Axel von Fersens gruvliga död ett
mord, slugt iscensatt av politiska mot-
ståndare?

Mötesplats: Järntorget, Evert Taube staty.

Sträcka, cirka 1,5 kilometer

Vandring: pris/pers.: 60 kr (ord. 120 kr)

**Korv med bröd på klubben efter
vandringen.**

Anmälan senast 16 nov.! 12 platser.

Måndag 21 november kl.14.00-15.00

"Yoga Slow med Jovanna Stolt"

Yoga Slow är en lugn yogaklass med
inspiration från Medicinsk yoga.

Klassen utförs på golvet eller
sittande på stol.

Alla kan delta! KOSTNADSFRI

Anmälan senast 18 nov.!

Onsdag 23 november kl.10.00-11.00

**"Cirkelträning i vårt fina gym med PT -
Jovanna Stolt"**

Alla kan delta! **KOSTNADSFRI**

Smoothie & smörgås 55 kr

Anmälan senast 21 nov.!

Torsdag 24 november

Lunch kl. 12.00 & kl. 13.00 Föredrag/film

"Jorden runt på en termin"

Presentatör: Peter Alsparr

Lunch: Ärtsoppa med pannkakor.

Pris/pers. 75 kr exkl. dryck. Kaffe ingår.

Anmälan senast 21 nov.!

Måndag 28 november kl.14.00-15.00

"Yoga Slow med Jovanna Stolt"

Yoga Slow är en lugn yogaklass med
inspiration från Medicinsk yoga.

Klassen utförs på golvet eller
sittande på stol.

Alla kan delta! KOSTNADSFRI

Anmälan senast 25 nov.!

Onsdag 30 november kl.10.00-11.00

**"Cirkelträning i vårt fina gym med PT -
Jovanna Stolt"**

Alla kan delta! **KOSTNADSFRI**

Smoothie & smörgås 55 kr

Anmälan senast 21 nov.!

Torsdag 1 december

Lunch kl. 12.00 & kl. 13.00 Föredrag/film

"Tall ships race – Åland"

Presentatör: Torbjörn Carlsson

*Lunch: Broccolisoppa med bacon, nybakat
bröd och Ålandspannkaka.* Pris/pers. 75 kr

exkl. dryck. Kaffe ingår. **Anmälan 28 nov.!**

Måndag 5 december kl.14.00-15.00

"Yoga Slow med Jovanna Stolt"

Yoga Slow är en lugn yogaklass med inspiration från Medicinsk yoga.

Alla kan delta! KOSTNADSFRI

Anmälan senast 2 dec.!

Onsdag 7 december kl.10.00-11.00

"Cirkelträning i vårt fina gym med PT - Jovanna Stolt"

Alla kan delta! **KOSTNADSFRI**

Smoothie & smörgås 55 kr

Anmälan senast 5 dec.!

Torsdag 8 december

Lunch kl. 12.00 & kl. 13.00 Föredrag

"Vad händer längs Nacka, landets sjövägar"

Föredragshållare: Timo Gillblad

Lunch: Het köttfärssoppa med nybakat bröd.

Pris/pers. 75 kr exkl. dryck. Kaffe ingår.

Anmälan senast 4 dec.!

Tisdag 13 december kl. 14.00

Luciafika

Vi bjuder på lusebullar och kaffe

Tisdag 20 december kl. 12.00

"Jultallrik med melodikryss "

Melodi/julkryss, lotteri och julklappsutdelning.

Ta med en julklapp till

julklappsutdelningen, värde ca 50 kr.

Pris/pers. 250 kr exkl. dryck. Kaffe ingår.

Anmälan senast 13 dec.! Max 32 pers.

VÄLKOMMEN

Kicki & Carina

Med reservation för ändringar!

Stanna hemma vid minsta

förkylningssymptom.

I mån av plats är familjemedlemmar välkomna att delta i de olika Program-aktiviteterna.

Övrigt på klubben:

Gym (kostnadsfritt), biljard, bibliotek, datorer, Wi-Fi.

Vi serverar alltid enklare rätter utöver det som står i programmet.

Köket stänger 30 min före stängning.

Katarina Sjöfartsklubb

Öppettider:

Måndag – torsdag 09.00 - 17.00

Fredag 09.00 - 16.00

Klubben håller stängt följande datum:

Fredag den 28 oktober - STÄNGT

Fredag 16 december - STÄNGT

Onsdag 21 december - STÄNGT

Fredag 23 december - STÄNGT

ANMÄLAN TILL VÅRA AKTIVITER I FÖRSTA HAND PÅ EMAIL!

klubben@katarinasjofartsklubb.com

Telefon: 08-6409496

www.katarinasjofartsklubb.com

www.facebook.com/Katarina.Sjofartsklubb

