

Schema Hammarö vårterminen 2022

Föranmälan krävs i alla grupper tel. 010-476 4742

Pågår v. 10–20

Tisdagar Kilnegården

9.00 ryggmotion
10.00 hjärtmotion
11.00 hjärtmotion

Ledare: Sarune Vepstaite

Onsdagar Lillängsskolan

18.00 Kom igångmotion

Ledare: Lisa Lätt

Torsdagar Kilnegården och Sätterstrands badhus

9.00 ryggmotion
~~10.00 ryggmotion~~ Fullsatt!
11.00 ryggmotion
~~12.30 vattenmotion~~ Fullsatt!
~~13.30 vattenmotion~~
17.00 kom igångmotion

Ledare: Elin Dahlin, Pernilla Johansson & Lizett Lundkvist

Friskvården i Värmland

För mera information och anmälan ring
Hammarö friskvårdscentral på telefon: 010- 476 47 42 el. 076-696 05 45
eller besök vår hemsida www.friskvarden.org



Friskvården
i Värmland