

Konditionssalsträning i Kristinestad- närståendevårdare/anhöriga hösten 2024

Du behöver inget närståendevårdsavtal för att delta.
Om plats finns prioriteras före detta närståendevårdare.



KONDITIONSSALSTRÄNING

Tidpunkt: Onsdagar med start 28.8 kl.10-11

Plats: Kristinestads simhall

Ledare: Maria Virtanen

Avgift: 35€/gång

Flera ryms med i konditionssalsträningen- Kom med!

VATTENGYMNASTIK

Tidpunkt för start är oklar p.g.a. att ledare saknas. Vi återkommer så snart vi vet mera. Ni som tidigare deltagit kontaktas vid start. Övriga följ med i Sydin.

Vid förfrågan och ny anmälan kontakta:

Pia Nabb

Tfn. 050-542 8175

pia.nabb@folkhalsan.fi

VARMT VÄLKOMMEN MED!