

Gymträning för 65+ Kvinnor



Introduktionskurs för äldre kvinnor vid Powerzone gymmet i Närpes, Närpesvägen 16, Mitt i Stan-huset, våning 3.

Passar speciellt för dig som inte tidigare tränat på gym.

Datum: Start 17.2, 24.2, 2.3, 9.3, 16.3, 23.3, 30.3, 6.4, 20.4 och 27.4.2020 (ingen träning 13.4 annandag påsk).

Tid: kl. 14-15.

Ledare: Christoffer Bergman.

Avgift: 25 euro för 10 träningspass.

Eftersom det är ett begränsat antal platser (10 st.) behöver du **anmäla dig** senast **10.2.2020** till

Carina Blom

tfn: **044 788 1026**

e-post: **carina.blom@folkhalsan.fi**