



FYSAK-TRENING I TRIMROMMET I FLERBRUKSHUSET

Mandag 10-12
Fredag 10-12



Vi trener med apparater, på matte og med ball:

styrke, latter, balanse, vennskap, kondisjon og humør☺

Vi har veiledning av fysioterapeut 1 gang hvert halvår.

Du trenger ledige klær, innesko og drikkeflaske med vann.

Kom gjerne og bli med!

Kontaktperson:

hilde.meland@agdenes.kommune.no

991 57 018

Bruk av treningsrommet er gratis

