

Nordre Follo 2020

På vei mot en ny kommune



# SOMMERFRISK

## UTETRENING SOMMEREN 2019



**ONSDAGER 10:00 - 11:00**

i perioden 19. juni - 21. august 2018

**WALDEMARHØY – UTE I HAGEN**

Waldemarhøyveien 13, 1400 Ski

**Husk: Ta med drikkeflaske og ta på klær etter vær.**

Frisklivssentralene i Ski og Oppegård ønsker deg velkommen til trening i sommer!

Aktiviteten består av variert kondisjon og styrketrening, lek og moro.

Tilbudet er gratis og åpent for alle.

Lurer du på noe? Kontakt oss på tlf: 456 18 678 eller

e-post: [frisklivssentralen@ski.kommune.no](mailto:frisklivssentralen@ski.kommune.no)