

Friskvård SPF Seniorerna Markaryd 2025

Promenader

Start tisdag 21 januari kl. 09:30 och man träffas vid Gula huset, Markaryd
Ledare Birgitta

Vatten jympa

Start tisdag 21 januari kl. 14:00 samt torsdag 23 januari kl. 14:00, Hannabadet, Markaryd
Ledare Anita

Bowling

Start vecka 2-3, onsdag, torsdag samt fredag, Hannabadet, Markaryd
Onsdag 08:30 ledare Christer samt 10:00 med ledare Börje
Torsdag 09:00 ledare Göran
Fredag 09:30 ledare Monica

Led och muskelträning

Start måndag 13 januari kl. 09:00, Athletic Club, Strömsnäsbruk
Ledare Leif och Jan

Kraftcentralen vid Hannabadet

Helår 1100 kr, halvår 650 kr, kvartal 400 kr samt månad 150 kr
Tillkommer 250 kr för tagg
Gäller under tiden 04:00-14:00
Kontakt Stefan Jönsson tfn/sms 0760-363197

EC Health Club Markaryd, Västergatan 7, Markaryd (fd Hanssons Tryck)

Månadsavgift 299 kr
Inkluderar 20 träningspass/vecka
Kontakt Therese Gustson tfn 076-3064876

SPF kontakt Torbjörn Lindgren tfn 0760-320636