

Prova på GYM

E3 i stationshuset

Fredagen den 14 oktober klockan 09:00 kan du prova på gym, (gratis) vi finns där och tar emot dig samt att Carolin finns tillhands och ger lite instruktioner

Medtag Inomhusskor och träningskläder

I samarbete med e3 gym erbjuds följande upplägg;
Instruktion och personligt träningsprogram ingår • Tillgång till varma drycker, , dusch och bastu ingår • Köp av 3 månaders träning för endast 700 kr • Vid förhinder till sammanhängd period, möjlighet att fördela ut perioden enl. ök.

Fredagsgym

SPF SENIORERNA

e3

Träning o Hälsa

