

Seniorklubb gym

i Skärholmens sim- och idrottshall



Tillsammans med instruktör tränar vi styrketräning i gymmet och avslutar med stretch, balans och samkväm.

Träningen är anpassad för seniorer, från +55 år.

Kursstart: 29 januari 2026

Dag: Torsdagar kl. 09:00-09:55

Pris: 760 kr 6 tillfällen, 600 kr reducerat pris eller för dig med FaR recept. Folkbokförd i annan kommun 1285 kr.

Boka din plats redan idag!



Stockholms
stad