

OBS! Ändrad plats för Jympa soft/stav

Flyttas från Barockparken till Suseboparken fredagar kl 11:00

Terrängen med snö och halka i Barockparken var tyvärr inte lämplig för vår jympa och därför flyttar vi till Suseboparken med förhoppningsvis bättre förutsättningar.

Samling i Suseboparken kl 11:00. Ta med stavar och vattenflaska.

Bilparkering finns vid Väsby centrum.

Vi gör ett enklare jympapass ca 30 min då vi tänjer och sträcker våra muskler och hittar balans. Inga övningar på marken och vi använder stavar som stöd vid balansträningen.

Kontaktperson och ledare är Eila Gustafsson, seniorledare på Friskis&Svettis,
eila.gustafsson@spfvasby.se eller mobil 070 232 96 96.

Anmälan till Eila senast dagen före. Avvakta klartecken om plats.



HÅLL AVSTÅND!!!!