

Program

Måndagar kl.10:00 Jympa Soft med Ingela. Stora Hallen inomhus

Måndagar kl.10:00 Yoga med Inger. Lilla Hallen inomhus

Tisdagar kl.10:00 Jympa Bas med Karl-Axel. Stora Hallen inomhus

Tisdagar kl.09.30 Coreflex Soft med Magdalena Utomhus för 70+ (Inomhus vid dåligt väder)

Onsdagar kl.10:00 Vandring med Lars varannan vecka och Stavgång med Eva varannan vecka. Utomhus såklart och för Er 70+

Onsdagar kl.10:00 Tema Styrka/Kondition med Karl-Axel. Inomhus i Stora Hallen

Torsdagar kl.09:30 Utefys Soft med Magdalena. Utomhus för 70+ (Inomhus vid dåligt väder)

Fredagar kl.10:00 Jympa Bas med Bitte. Inomhus i Stora Hallen

Magdalena Gunnberg
Verksamhetsledare
IF Friskis&Svettis Stenungsund

Träningsverkstan Stenungsund AB

.....
| info@stenungsund.friskissvettis.se
0303-888 81 | Mejselvägen 2 | 444 32 STENUNGSUND |
friskissvettis.se/stenungsund |