

SENIOR STOL

Vi vill presentera vår nyhet Senior Stol med Susanne Pettersson.

Måndagar kl. 16.30 med start 16:e oktober i Landbohallen.

Senior Stol är skön helkroppsträning med stolen som stöd och redskap, både stående och sittande. Passar dig som är äldre men även dig som oavsett ålder vill träna med lite extra omtanke om kropp och sinne. Tack vare stolen kan du avlasta lederna och få balanshjälp när du behöver.

Priser

För att träna på våra pass krävs en medlemsavgift i Friskis och Svettis.

Medlemsavgiften för hösten 2023 är 50kr.

(För hela 2024 blir medlemsavgiften 150kr.)

Därtill tillkommer en avgift på 25kr / pass.

All betalning sker via **swish** på plats i Landbohallen.

(För dig som har terminskort eller klippkort gäller det givetvis på dessa pass också.)

För mer information gå in på vår hemsida: friskissvettis.se/svenljunga
eller följ oss på Facebook och Instagram: Friskis och Svettis
Svenljunga.

Välkommen!

