

VECKANS PROGRAM

Detta händer på Rödingens mötesplats v.23

Måndag 1/6 **10.00 Hjo Faller Ej** - Fallförebyggande träning

Tisdag 2/6 **10.00 RödingeGympa** - Stående och sittande övningar till musik (Obs! Medtag bra skor)

Onsdag 3/6 **10.00 Hjo Faller Ej** - Fallförebyggande träning

Torsdag 4/6 **10-12 Seniorshop i lokal Nätet**
10.00 Starkare Hjo - Styrketräning som passar alla
10.50 Hjoga - Sittande & stående positioner

Välkommen!

