

VECKANS PROGRAM

Detta händer på Rödingens mötesplats v.41

- Måndag 6/10** **10.00 Hjo Faller Ej** - Fallförebyggande träning
- Tisdag 7/10** **10.00 RödingeGympa** - Stående och sittande övningar till musik (Obs! Medtag bra skor)
- Onsdag 8/10** **10.00 Hjo Faller Ej** - Fallförebyggande träning
- Torsdag 9/10** **10.00 Starkare Hjo** - Styrketräning som passar alla
 10.50 Hjoga – Sittande & stående positioner
 13.30 Handarbetscafé

Välkommen!

