

VECKANS PROGRAM

Detta händer på Rödingens mötesplats v.7

- Måndag 9/2** **10.00 Hjo Faller Ej** - Fallförebyggande träning
- Tisdag 10/2** **10.00 RödingeGympa** - Stående och sittande övningar till musik (Obs! Medtag bra skor)
- Onsdag 11/2** **10.00 Hjo Faller Ej** - Fallförebyggande träning
13.30 Handarbetscafé – i matsalen
- Torsdag 12/2** **10.00 Starkare Hjo** - Styrketräning som passar alla
10.50 Hjoga – Sittande & stående positioner
- Fredag 13/2** **14.00 Alla Hjärtansdag firande i matsalen** –
Vi spelar stämningsfull musik & "Hjärtligt" fika
finns att köpa i caféet

Välkommen!

