

VECKANS PROGRAM

Detta händer på Rödingens mötesplats v.15

Måndag 8/4 **10.00 Hjo Faller Ej** - Fallförebyggande träning

Tisdag 9/4 **10.00 RödingeGympa** - Stående och sittande övningar till musik (Obs! Medtag bra skor)

Onsdag 10/4 **10.00 Hjo Faller Ej** - Fallförebyggande träning
13.30 Musikcafé

Torsdag 11/4 **10.00 Starkare Hjo** – Styrka- och rörlighetsträning
10.45 Hjoga - Sittande på stol och stående position
13.30 Handarbetscafé

Välkommen!

