

# VORMA FYSIOTERAPI

## Gruppetreninger – høsten 2022

MENSENDIECK GENERELL: Mandag 8.august kl. 10.00 – 11.00, 18 ganger, egenandel\ frikort (Linda)

MENSENDIECK GENERELL: Tirsdag 9.august kl. 10.00 – 11.00, 18 ganger, egenandel\ frikort (Linda)

MENSENDIECK GENERELL: Fredag 12. august kl. 10.00 – 11.00, 18 ganger, egenandel\ frikort (Linda)

MENSENDIECK NAKKE-SKULDER-RYGG: Mandag 15.august kl. 15.30 – 16.30, 18 ganger, egenandel \ frikort (Linda)

HJERTETRENING i regi av LHL – NES. Gymsalen til Årnes skole. Torsdag 8. september kl. 15.00 – 16.00, 10 ganger. Medlem av LHL kr. 300, ikke medlem kr. 500. (Linda)

MENSENDIECK - MEDISINSK YOGA: Torsdag 15.september kl. 10.00 – 11.00, 10 ganger, egenandel \ frikort (Linda)

STYRKE & BALANSE: Onsdag 14. september kl 10.00 - 11.00, 11 ganger, 1595 kr. (Ida)

YOGA-AVSPENNING: Tirsdag 20. september kl 19.00 – 20.00, 10 ganger, 1650 kr. (Ida)

MEDISINSK YOGA: Onsdag 19. oktober kl 13.00 – 14.00, 6 ganger, 870 kr. (Ida)

Ta kontakt med Linda eller Ida for mer informasjon.

Ida: 958 41 047

Linda: 901 89 661