

VORMA FYSIOTERAPI

GRUPPETRENINGER – VINTER 2021

På grunn av covid-19 kan oppstart utsettes og grupper kan bli satt på pause. Vi trener i grupper på 8-10 deltakere og holder 1 meter avstand.

FYSIO-PILATES (IDA)

Tirsdager kl. 18.00 – 19.00 Oppstart 2. februar, 8 ganger, kr. 1 280,-

YOGA-AVSPENNING (IDA)

Tirsdager kl. 19.15 - 20.15 Oppstart 2. februar, 8 ganger, kr. 1 280,-

Torsdager kl. 10.00 – 11.00 Oppstart 4. februar, 8 ganger, kr. 1 160,-

STYRKE & BALANSE (IDA)

Tirsdager kl. 11.00 – 12.00 Oppstart 26. januar, 10 ganger, kr. 1 450,-

Torsdager kl. 11.30 – 12.30 Oppstart 4. mars, 8 ganger, kr. 1 160,-

MENSENDIECK – MEDISINSK YOGA (LINDA)

Mandager kl. 09.30 – 10.30 Oppstart 1. februar (Fullt)

Tirsdager kl. 09.30 – 10.30 Oppstart 2. februar (Fullt)

Ta kontakt med oss for påmelding eller mer informasjon:

Ida: 958 41 047 eller ida-sj@online.no

Vorma fysioterapi: 63 90 55 90

www.vormafysio.no