

Föreningsmöte 5 maj Friskvård och hälsa för FUB:s medlemmar...



Du inbjuds till ett annorlunda föreningsmöte med temat friskvård

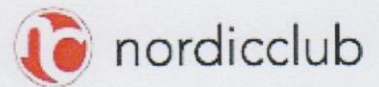
NÄR Mån 5 maj kl 18.30—20.30

VAR FUB- gården på Gjuterigatan

VAD Föreläsning / samtal om vad är friskvård och varför är det bra för dig med Anette Sparf och P-I Bertilsson

Du väljer sedan att vara med på en eller två ”stationer”

- Promenad på ca 30 min i Junebäckens omgivningar
- Du får lära dig att göra en nyttig fruktsallad
- Du får info om vad man träna och hur man kan träna med Nordic Club (Erika lär oss lite övningar...)
- Vi avslutar kvällen med att avnjuta fruktsalladen tillsammans
- Kom fritidsklädd



ANMÄLAN För att kunna planera kvällen vill vi ha en preliminär anmälan till FUB:s kansli på tel 13 59 42

VÄLKOMNA !

FUB:s Fritidskommitté

