



Enkla rörelser med Klaudia

Här är kursen för dig
som tycker om att röra på dig till musik.

Du lär dig om din kropp.
Hur känns olika kroppsdelar?
Hur känns dina andetag?
Vilka rörelser är sköna för kroppen?

Du tränar på rörelse,
och du tränar på avslappning.

Du är i en grupp tillsammans med andra.

Ledare: Klaudia Rychlik

Kursen är anpassad för dig med intellektuell funktionsnedsättning.

När: Måndagar klockan 16.15-17.00 med start 7 september 2026, 12 gånger.

Var: SV Stockholm, Sandhamnsgatan 8, vändplats för taxi finns precis utanför, buss och t-bana Gärdet, uppgång mot Furusundsgatan/Frihamnen/Värtahamnen

Pris: 900 kr

Anmälan: sv.se/stockholm telefon 08-679 03 30 eller epost maria.bhardwaj@sv.se

