



**Gruppetilbud ved Frisklivssentralen
i Nord-Fron kommune (f.o.m 04.09.17):**

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
	Egentrening kl. 9-10			Egen- trening kl. 11-12
Spinning kl.15-16	Basseng kl. 15.30- 16.30	Fysiotrim kl. 15-16		
	Styrketrening (Hardvoldsmorka*) kl 15.15- 16.15		Stavgang (Hardvoldsmorka*) kl 15.15- 16.15	

*Samarbeid med Frisklivssentralen på Sør-Fron: Oppmøte på parkeringa ved Folkets hus på Harpefoss. Det er muligheter for å låne staver. Gi beskjed til Hanne dersom du vil bli med.

Kontaktinformasjon:

Hanne Guro Sjøberg. Telefon: 94863310. E-post: frisklivssentralen@nord-fron.kommune.no