

TIMEPLAN STYRKE OG BALANSETRENING

BÆRUM KOMMUNE høst-2021

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG	FREDAG
		1200-1300 Henie Onstad seniorsenter		
	1130-1230 Stabekk/Jar seniorsenter	1300-1400 Ringhøyden seniorsenter	1100-1200 Stabekk/Jar seniorsenter	1200-1300 Stabekk /Jar seniorsenter
1300-1400 Ringhøyden Seniorsenter		1330-1430 Stabekk/Jar seniorsenter		1300-1400 Ringhøyden Seniorsenter
	1300-1400 Ringhøyden seniorsenter		1400-1500 Henie Onstad seniorsenter	1400-1500 Henie Onstad Seniorsenter
	1400-1500 Henie Onstad seniorsenter			

Praktisk informasjon:

Treningen går over 12 uker, to ganger pr. uke. Den varer 60.min. hver gang, og foregår på dagtid. Oppstart alle grupper uke 36, 6-10.sept.

Priser: 1475,- for 12 uker.

Har husstanden en samlet inntekt under 4G kan man søke om redusert pris. Beløpet blir da 850,- Snakk med instruktøren om dette ved oppstart.

Har man problemer med å komme til treningen på egenhånd, bestilles det taxitransport.

Påmelding: ring tlf 67 50 88 00

Adresser:

- Ringhøyden seniorsenter – Ringstabekkveien 105, 1356 Bekkestua
- Stabekk/Jar seniorsenter – Ringsveien 2, 1368 Stabekk
- Henie Onstad seniorsenter – Sonja Henies vei 12, 1363 Høvik