

Inbjudan till

Vattengympa för dig som har en funktionsnedsättning

Kursen är för dig som behöver särskilt stöd med din träning.

Träningen utförs i liten grupp och långsamt tempo.

Var:

Sandsborgsbadet,
Dalens Allé 10

T-bana Sandsborg

När:

Tisdag klockan 14:00-
14:45

Kursstart:

2 februari 2016

Vattengympa

Vi tränar kondition, rörlighet och styrka.

Din ledare Daniella hjälper dig att hitta övningar som
passar dig.

Vi har roligt tillsammans!



Vattengympa ledare Daniella

Praktisk information:

- Om du byter om i omklädesrummet behöver du ett eget hänglås så att du kan låsa in dina kläder.
- Ta med eget hänglås eller köp ett på simhallen för 30 kronor.
- Vi startar klockan 14:00 i bassängen.
- Efter träningen har du möjlighet att basta och simma.
- Ingen träning 1 mars och 29 mars pga. skollov.
- Lift finns.

Anmälan och betalning

12 gånger kostar 550 kronor om du är 13- 19 år

12 gånger kostar 890 kronor om du är 20 år eller äldre

Om du bor i annan kommun än Stockholm kostar det 250 kronor mer.

Anmälan och betalning sker i första hand på webben
www.stockholm.se/aktivitetsbokningen

Anmälan och betalning sker i första hand i receptionen
på anläggningen eller på webben
www.stockholm.se/aktivitetsbokningen.

Vid frågor kontakta gärna:

Philip Krolopp på telefonnummer 070-422 17 78.

Välkommen!

Varmt välkommen!