

AKTIV PÅ DAGTID

MANDAG	TYSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
<p>EIGENTRENING KL. 13.00-15.00</p> <p>STAD: SOLUNDHEIMEN INSTRUKTØR: ANN HELEN KVAMEN</p>	<p>GÅTUR KL. 11-12</p> <p>STAD: SOLUND IDRETTSBYGG INSTRUKTØR: SOLBJØRG DANIEL KÅRSTAD</p>	<p>BASSENGTRENING KL. 13-14</p> <p>STAD: SOLUND IDRETTSBYGG INSTRUKTØR: ANN HELEN KVAMEN</p> <p>ODDETALSVEKER: TRENING KL. 09.30-10.30</p> <p>STAD: HERSVIK, NORD SOLUND BYGDEHUS INSTRUKTØR: HILDE MOEN LAMO</p>	<p>GÅTUR KL. 10-11</p> <p>STAD: SOLUND IDRETTSBYGG INSTRUKTØR: SOLBJØRG DANIEL KÅRSTAD</p> <p>FALLFOREBYGGANDE TRENING KL. 11.30-12.30</p> <p>STAD: SOLUNDHEIMEN INSTRUKTØR: ANN HELEN KVAMEN</p> <p>PARTALSVEKER: TRENING KL. 09.30-10.30</p> <p>STAD: HERSVIK, NORD SOLUND BYGDEHUS INSTRUKTØR: ANN HELEN KVAMEN</p>	<p>GÅTUR KL. 11-12</p> <p>STAD: SOLUND IDRETTSBYGG INSTRUKTØR: SOLBJØRG DANIEL KÅRSTAD</p>

PRIS
300 ,- pr. halvår.
Faktura verdt
sendt ut kvart
halvår.
Ledsager til
brukar med
følgjekort deltek
gratis.

TRANSPORT
Du må sjølv ordne
transport.
Serviceskyss går
kvar torsdag, og
må tingast dagen
før.
Ytre Solund:
Tlf.: 481 44 494
Nord Solund:
Tlf.: 913 72 559

KONTAKT
Leiar, Solund
Frivilligsentral
Irene Vaulen
Tlf.: 412 43 087

Fysioterapeut
**Ann Helen
Kvamen**
Tlf.: 400 34 833

Onsdag og torsdag vert det servert frukt og kaffi etter trening.

