

AKTIV PÅ DAGTID

Aktivitetane følgjer skuleferiane.

MANDAG	ONSDAG	TORSDAG
<p>EIGENTRENING KL. 13.00 -15.00</p> <p>STAD: SOLUNDHEIMEN INSTRUKTØR: FYSIOTERAPEUT</p>	<p>BASSENGTRENING KL. 13.00-14.00</p> <p>STAD: IDRETTSBYGGET INSTRUKTØR: FYSIOTERAPEUT (OPPSTART ETTER HAUSTFERIEN)</p> <p>TRENING KL. 17.00-18.45</p> <p>STAD: NORD-SOLUND BYGDEHUS INSTRUKTØR: FRIVILLIGE (OPPSTART I LØPET AV HAUSTEN)</p>	<p>FALLFOREBYGGANDE TRENING KL. 11.30-12.30</p> <p>STAD: SOLUNDHEIMEN INSTRUKTØR: FYSIOTERAPEUT (KAN KOMBINERAST MED TORSDAGSLUNSJ PÅ GJENBRUKET OG/ELLER SOLUND DAGSENTER!)</p>

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



PRIS

300 ,- pr. halvår.

Faktura verdt sendt ut
kvar halvår.

Ledsagar 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

Solund Frivilligsentral

Irene Vaulen

Tlf.: 412 43 087

Fysioterapeut

Tlf.: 400 34 833 /

481 59 913