

Vi startar ännu en träningsgrupp 29 oktober

**På grund av stor efterfrågan erbjuder vi fler träningstillfällen
med start torsdagen den 29 oktober kl. 13-14
på Friskis & Svettis vid Stortorget.**

Därefter fortsätter vi med dessa datum:
5 nov, 12 nov, 19 nov och 26 nov.

Vi tränar i ett mindre rum på övervåningen. Du behöver inte ha några särskilda träningskläder. Du får hjälp att hantera maskinerna, de är enkla att använda.

Till vår hjälp har vi **Maelona från Friskis & Svettis**, som sprider glädje och energi under passen.

Du behöver inte vara medlem i Friskis & Svettis för att delta, och
Gävle Demensförening står för kostnaden.

Anmälan

Är du intresserad? Kontakta Birgitta Andersson:

 **SMS:** 070-642 16 78

 **E-post:** b-u.andersson@hotmail.com

Ange:

- **Ditt namn**
- **Telefonnummer**
- **E-postadress**