Äntligen Enkelträning igen!

Den här hösten kan vi äntligen starta upp vår Enkelverksamhet igen efter ett alltför långt uppehåll. Som vi längtat!

Hösten 2021
Höstterminen pågår v. 37-49 och tiden är 15.30 på söndagar.
Vi håller till på Friskis City i hallen Styrkan. Varannan vecka kör vi Cirkelträning och varannan vecka blir det Jympa.

Bra att veta
Passet är 55 minuter långt. Reser du med färdtjänst är det lagom att beställa hemresan till 16.45. Receptionen i City finns en trappa ner och på våning 2 har vi grindar för inpassering. Grindarna står öppna på söndagar 15.00-15.45. Kommer ni en annan tid så be receptionen att öppna för er. Grindarna kan också öppnas med träningskortet. Anläggningen öppnar 15.00.

Priser
Terminskort 300:-
5 gånger 200:-
Våra anläggningar är kontantfria men på plats kan du betala med kort eller swish. Det går också att köpa sitt kort via webben eller betala in ditt kort via bankgiro (831-6325).



Ledsagare
Vi ser gärna att ledsagare deltar på passet för att kunna uppleva den rörelseglädje som träningen innebär. Ledsagare går kostnadsfritt.

Enkel GO
Enkel GO är ett rörelsepass anpassat för dig med intellektuell funktionsvariation. Passet ger rörelseglädje i särskolan, i daglig verksamhet eller hemma. Passet finns på: www.friskissvettis.se/enkel/enkelgo

Har du frågor?
Receptionen: 011-211330
Träningsansvarig Therese:
therese@nrk.friskissvettis.se

Vi ses på Friskis!