

Ukeplan – Frisklivssentralen i Lyngdal

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG	FREDAG
<p>Frisklivsresept Kl. 10 til 11 Sted: Kvavik. Krever påmelding. Lenke til påmelding</p> <p>Frisklivets Venner Kl. 10 til 11 Sted: Kvavik. Krever tidligere deltagelse på Frisklivsresept.</p>	<p>Frisklivstrening Kl. 10 til 11 Sted: Byremosanden. Åpent tilbud uten påmelding.</p> <p>Mor & Mini-trening Kl. 12 til 12.45 Sted: Lyngdal helsehus. Påmelding eller dukk opp. Ring 902 66 583 eller send oss en e-post. Lenke til e-post</p> <p>Gravid-trening Kl. 13 til 13.45 Sted: Lyngdal helsehus. Påmelding eller dukk opp. Ring 902 66 583 eller send oss en e-post. Lenke til e-post</p>	<p>Fysioterapi-gruppe Trening for eldre (med egenandel). Kl. 12.30 og 13. Ta kontakt for ønsket tidspunkt. Ring 902 66 583 eller send oss en e-post. Lenke til e-post</p> <p>Frisklivsresept Kl. 10 til 11 Sted: Kvavik. Krever påmelding. Lenke til påmelding</p> <p>Frisklivets Venner Kl. 10 til 11 Sted: Kvavik. Krever tidligere deltagelse på Frisklivsresept.</p> <p>Sterk og Stødig Kl. 13.30 til 14.30 Sted: Lyngdal helsehus. Krever påmelding. Ring 902 66 583 eller send oss en e-post. Lenke til e-post</p>	<p>Frisklivstrening Kl. 10 til 11 Sted: Konsmoparken. Åpent tilbud uten påmelding.</p> <p>Mor & Mini-trening Kl. 12 til 12.45 Sted: Kommunehuset Konsmo. Påmelding eller dukk opp. Ring 902 66 583 eller send oss en e-post. Lenke til e-post</p> <p>Gravid-trening Kl. 13 til 13.45 Sted: Kommunehuset Konsmo. Påmelding eller dukk opp. Ring 902 66 583 eller send oss en e-post. Lenke til e-post</p>	<p>Gå sakte sammen Kl. 10 til 11 Sted: Oppmøte ved hengebroa over til Bringsjordneset. Åpent tilbud uten påmelding.</p>

KONTAKT

Telefon: 902 66 583

Epost: frisklivssentralen@lyngdal.kommune.no

