



Rocka sockorna med Friskis fredag 21 mars!

Dagen är kostnadsfri

Enkelträningen är för dig med eller utan intellektuell funktionsvariation som har lite extra behov av stöd i din träning.

Om du har en assistent eller anhörig som är en förutsättning för din träning så är hen välkommen att följa med kostnadsfritt.

Vänligen föränmäl till e-post: anna.jakobsson@ uppsala.friskissvettis.se

Välkomna!

Friskis&Svettis Uppsala
018-55 84 90
friskissvettis.se/uppsala



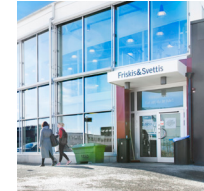
UPPSALA



Fredag



21 mars



på Ultuna



kl 12.30



Enkelspin i ca 35 minuter



kl 13



Friskis-disco i ca 1 timme