



### **Sugen på lite sommarträning?**

Varmt välkommen att göra oss sällskap på ett cirkelträningsspass. Vi kommer att göra omväxlande övningar som tränar både kondition och styrka. Det blir garanterat svettigt, pulshöjande och roligt! Ingen träningsvana behövs och passet passar både gammal som ung!

**När:** 26/6 kl 17.30-18.15 och 1/7 kl 17.30-18.15

**Var:** Fotbollsplanen vid Norrtorpsladan

Medtag handduk eller matta att träna på!

Vid ihållande regn ställs passet in!

Hälsningar Eva Härkegård och Mathilda Björk (0700 850851)