



FÖREBYGGANDE GYMPA

Enköpingshälsan AB erbjuder lättgympa
vårterminen 2009

Start tisdag 13/1 resp. torsdag 15/1.

Vi vänder oss speciellt till Dig som behöver
extra träning för att motverka rygg-, axel-
och nackbesvär.

Tid och plats: Tisdagar och torsdagar kl 17.30-18.30
Munksundsskolans gymnastiksal
Löparegatan 12.

Pris 550 kr/person och termin för dig som är
ansluten till Enköpingshälsan via din arbets-
givare, övriga betalar 600 kr, med möjlighet
att gympa två gånger i veckan.
Första veckan gratis prova-på-gympan.
Ingen föranmälan till förebyggande lätt-
gympan.

GLAD VATTENGYMPA

för smidighet och välbefinnande,
skonsam för Dig med lättare ledbesvär.

Start torsdag 22/1 kl 19.30-20.30

i Idrottshusets nya varmvattenbassäng

Pris: 1.200 kr (10 ggr)

Anmälan till Enköpingshälsan AB
Tel 0171-855 80

Ledare: Görel Ulmstedt leder alla passen.

Välkommen att delta!