



Oppdatert: 04.01.24

# FRISKLIVSSENTRALEN

## Gruppetilbud ved Frisklivssentralen i Sør-Fron kommune:

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
<p><b>Mestring i Naturen med Værfast</b> egen påmelding kl. 11-15</p>	<p><b>Frisk og Sterk på Hjertebanken</b> gruppetrening med fokus på kondisjon og styrke kl. 14-15</p>	<p><b>Frisk og Sterk på Fron badeland –</b> bassengtrening kl. 08.30-09.15</p> <p><b>Yoga</b> på Nord-Fron kl 14-15</p>		<p><b>Sterk Start</b> egentreningsgruppe på Hjertebanken kl. 09-10</p>

Kontaktinformasjon:

Therese Klaussen. Telefon: 90960503. E-post: [therese.klaussen@sor-fron.kommune.no](mailto:therese.klaussen@sor-fron.kommune.no)