

Træn dig glad!

Stående og siddende gymnastik for Seniorer

I Blære Multicenter

Vi træner: kondition – bevægelighed - balance og hjerne

Kom og vær med – Alle er velkommen

Mandag den 1. Oktober fra 10.00 til 11.00 10

gange 2018 – 10 gange 2019

Blære idrætsforening

Leder: Nanny Glerup tlf. 30840999.

Vita Degn tlf. 98666358. - Rikke Kvist tlf. 21671310