



NY FRISKVÅRDSKURS I VÅR!

- Gymnasiesär -

NÄR HÅLLS KURSEN?

Februari - juni

VILKA DAGAR?

Varje torsdag eftermiddag (ca klockan 15.15-18.15)

OCH

Var tredje onsdag eftermiddag (ca klockan 15.30-17.00)

HUR SÖKER JAG?

Fyll i anmälningssblankett och lämna till personal på Lärvox.

VAD LÄR JAG MIG?

Vi lär oss om kost, träning, motion, sömn och hygien.

FRÅGOR?

Maila Maja på

maja.oberg@stockholm.se

