

Nivîsar ji bo wergerandinê

Derbarê Friskis&Svettis

Li Friskis&Svettis, hûn dikarin temrînê sporê bikin û kesên nû jî nas bikin. Em dixwazin ev formên ku ji bo we çêtrîn e peyda bikin – lê belê, berî her tiştekî, em dixwazin ku hûn li .temrînê xwe hez bikin, gava ku sporê dikin

Tenê pêdivî ku hûn bikaribin bi me re temrînê sporê bikin, ew e ku hûn bibin endam – û ev jî ji bo herkesî vekirî ye. Herçiqasî em nikarin soz bidin ku zimanê we biaxivin, em ê bi hev re .hewl bidin ku em hevdu fêhm bikin, gava ku hûn li vir in. Her kes li Friskis&Svettis bixêr be

!Em ê hêvî dikin ku bi zûyî hûn li vir bibînin

Ferhengok

bi xêr hatin -
extekî xweş! -
Silav -
emrîn ji bo herkesî -
!Em pir kêfxweş dibin, hûn li vir bibînin -
Xatira we -

Agehî

Odeya cilik guhertina Jinan -
Odeya cilik guhertina Mêran -
rêzê solê / pêş vê rêzê solê xwe ji pê derxîne -
klasek ji xwe re li vir rezerve bike -
êşwazî -
Tiwalet -
Salona sporê -
Karta salona sporê -
Endam -