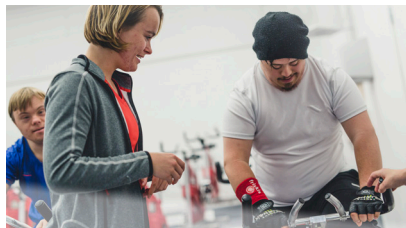




Enkelträning våren 2025

För dig med eller utan intellektuell funktionsvariation och som har lite extra behov av stöd i din träning.

Enkelgym



Måndagar klockan 14–16 på Ultuna i gymmet



Onsdagar klockan 14–16 på Fyrishov i gymmet



Torsdagar klockan 14–16 på Ekeby i gymmet

Om du har en assistent eller anhörig som är en förutsättning för din träning så är hen välkommen att följa med in kostnadsfritt.

Enkeljympa och Enkelspin på andra sidan!

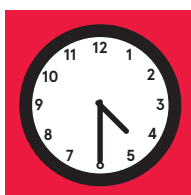


Enkelträning våren 2025

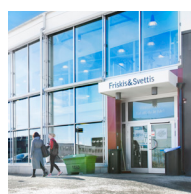
För dig med eller utan intellektuell funktionsvariation och som har lite extra behov av stöd i din träning.



Enkeljympa

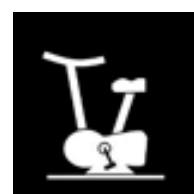


Måndagar klockan 16.30 på Väderkvarn i stora hallen



Lördagar klockan 10.00 på Ultuna i stora hallen

Enkelspin



Torsdagar klockan 16.30 på Ultuna i spinningsalen

Enkelgym på andra sidan!

