

Träningsklubb för dig med autismliknande funktionsnedsättning (t.ex. Autism eller ADHD) 9-14 år

Var:
Motionsalen i
Åkeshovs sim- och
idrottshall

Bergslagsvägen 60
168 75
Bromma

När:
Torsdagar
Kl 18:00-19:00

Antal tillfällen:
6 gånger

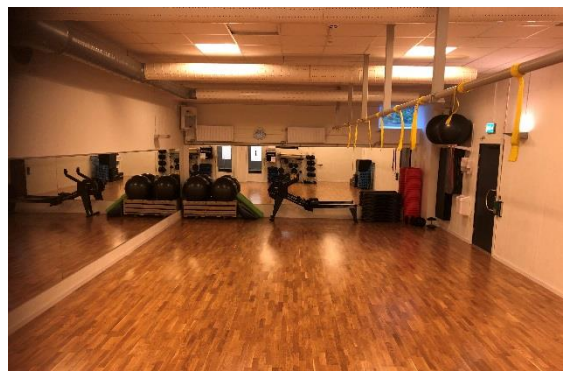
Kursstart :
21:a mars
(Lov vecka 16)

Enkel och rolig träning i liten grupp! Vi tränar hela kroppen t.ex. genom hinderbana, cirkelträning och lekar. Passet består av uppvärmning, huvudmoment och avslappning. Kom gärna med önskemål på vad du vill göra!

Ledare: Josephine



Motionsalen: Här tränar vi



Praktisk information

- Kom ombytt eller byt om i omklädningsrummet på Åkeshov. Du behöver ett hänglås till skåpet.
- Din ledare möter dig vid receptionen och vi går tillsammans till salen.
- Ha på dig bekväma kläder och innegympaskor.
- Ta gärna med vattenflaska.

Anmälan och betalning

Priset för 6 gånger är 280 kronor om du är folkbokförd i Stockholms stad, är du folkbokförd i annan kommun kostar det 600 kronor.

Anmälan och betalning sker i receptionen eller på webben.
www.stockholm.se/aktivitetsbokningen

Är det något vi behöver veta om dig för att du ska trivas hos oss? Är det något särskilt du skulle vilja göra på träningen? Maila eller ring gärna innan och berätta.

Varmt välkommen till Åkeshovs träningsklubb!

Vid frågor kontakta gärna Josephine
Josephine.berge@stockholm.se
076 280 42 02