



Nynäs IK Bildad 1933

Funktionell träning i naturen

Låter det intressant?

Vid 4 tillfällen under maj/juni.

Samling vid Nynäs IK:s klubbstuga 19.10

Passet startar 19.15 och slutar 20.15

En träningsform som passar de flesta, gammal som ung. Vid fyra tillfällen, där alla från 15 år och uppåt är välkomna.

Kläder efter väder, medtag handskar och vattenflaska.

Anpassat till Folkhälsomyndighetens rekommendationer.

”Det är en mäktig känsla att träna i samklang med naturen där alla tränar utifrån sin förmåga just den här dagen”



Torsdag 14 maj

Onsdag 20 maj

Tisdag 26 maj

Tisdag 2 juni

Eventuellt planeras fler tillfällen

Gratis för medlemmar i Nynäs IK

Prova på en gång är gratis, sedan kostar det 25 kr/tillfälle

Anmäl gärna till Annika 070-7973001 (gärna sms)

Tveka inte, kom och prova