



# Motion for dig med knogleskørhed - Osteoporose

## Gigtskolen

|                                    | Sted  | Tidspunkt  | Pris  | Tilmelding/info   |
|------------------------------------|---|--|---|---|
| <b>Afspænding med Gotved-lærer</b> | <b>Mariendalshallen</b><br>Spejlsalen<br>Mariendalsvej 21C,<br>2000 Frederiksberg | <b>Onsdag</b> Kl. 10.00<br>Kl. 11.30   | <b>995 kr.</b> for 15 gange -<br>(90 min.)<br><br>(Nedsat pris 695 kr.) | www.gigtskolen.dk<br><br>Lis Krøyer<br><br>E-mail: kontor@gigtskolen.dk |
| <b>Afspænding med Gotved-lærer</b> | <b>Kedelhallen</b><br>Kassen,<br>Nyelandsvej 75A<br>2000 Frederiksberg            | <b>Tirsdag</b> Kl. 12.00<br>kl. 13.30<br><b>Torsdag</b> Kl. 10.00<br>Kl. 11.45 |   |   |

## Fysioterapi & Træningsklinik

|  | Sted   | Tidspunkt  | Pris   | Tilmelding/info  |
|--|--|--|--|--|
| <b>Pilates målrettet knogleskørhed - osteoporose</b>       | <b>Fysioterapi &amp; Træningsklinik</b><br>Godthåbsvej 58A<br>2000 Frederiksberg | <b>Mandag</b><br>Kl. 09.00-09.55<br>Kl. 16.00-16.55<br><b>Tirsdag</b><br>Kl. 10.00-10.55 | <b>Klippekort holdtræning (55 min.)</b><br>1 klip 120 kr.<br>5 klip 600 kr.<br>10 klip 1150 kr.<br>15 klip 1650 kr.<br>20 klip 2070 kr.<br><br>50 % med sygeforsikring Danmark | www.fysogtraen.dk<br><br>Tlf: 38 86 77 01<br><br>Email: klinik@fysogtraen.dk |
| <b>Styrketræning målrettet knogleskørhed - osteoporose</b> |  | <b>Torsdag</b><br>Kl. 10.00-10.55<br>Kl. 14.00-14.55                                     | Holdene kræver ikke henvisning   |  |