

Motion for dig med overvægt



Gigtskolen

	Sted	Tidspunkt	Pris	Tilmelding/info
Vægttabshold uden diætist Motion og vedligeholdelse af sunde vaner – små hold	Diakonissestiftelsen Dronningensvej 4 2000 Frederiksberg C	Mandag Kl. 18.00-19.30	850 kr. for 15 gange á 90 min. - kun 550 kr. hvis du bor på Frederiksberg.	www.gigtskolen.dk Tlf. 49 76 31 00 Mandag/tirsdag/torsdag kl. 10-12 Email: kontor@gigtskolen.dk

De dansende divaer

	Sted	Tidspunkt	Pris	Tilmelding/info
Dans for overvægtige <i>(tiderne i kursiv er åbne hold dvs. ikke kun for overvægtige)</i>	Kastanie Alle 20, 2720 Vanløse Pejsegaarden, Frederikssundvej 345 Brønshøj	Mandag Kl. 9.00, 16.45, 17.50 20.00 Torsdag Kl. 9.00, 16.00 Fredag Kl. 16.45 Søndag Kl. 9.00, 10.05 Tirsdag og onsdag Kl. 9.00, 16.00, 17.05, 18.10 Torsdag Kl. 17.30 Fredag Kl. 9.00 Lørdag Kl. 9.00, 10.05, 11.10 60 min. pr. gang	6 mdr. 3300 kr. - fri adgang 3 mdr. 1800 kr. fri adgang 1500 kr. - 2 gange ugentligt 900 kr. - 1 gang ugentligt 1 mdr. 650 kr. fri adgang 350 kr. - 1 gang ugentligt 550 kr. - 2 gange ugentligt Mulighed for gratis prøvetime	www.dedansendedivaer.dk Email: info@dedansendedivaer.dk

Motion for dig med overvægt



Motionshold i HSK

	Sted	Tidspunkt	Pris	Tilmelding/info
Vandaerobic XL	Hyltebjerg skolesvømmehal, Hanstholmvej 10, Vanløse	Mandag Kl. 19.30-20.15 Kl. 20.15-21.00	1600 kr. for en sæson – september til og med maj.	www.hsk.dk Tlf. 38 71 09 40 Mandag kl. 13-17, tirsdag-torsdag kl. 9.30-12.30