

# Motion for dig med overvægt



<b>FOF København</b>	<b>Sted</b>	<b>Tidspunkt</b>	<b>Pris</b>	<b>Tilmelding/info</b>
<p><b>Træning i maskiner - XL</b> Træning i maskiner for overvægtige. Undervisning af fysioterapeut. Løbende optag.</p>	<p><b>Diakonissestiftelsen</b> Dronningensvej 4, 2000 Frederiksberg</p>	<p><b>Torsdag</b> Kl. 18.00-19.00</p> <p><b>Tirsdag</b> Kl. 17.00-18.00</p>	<p><b>785 kr. for 16 gange.</b> <b>PEAS pris: 575 kr.</b></p>	<p>Aftenskolen FOF: <b>Tlf.</b> 45 96 01 00, i tidsrummet mandag-torsdag 09.00-17.00 og fredag 09.00-15.00</p> <p><a href="http://www.fofkbh.dk">www.fofkbh.dk</a></p> <p><b>E-mail:</b> adm@fofkbh.dk</p>
<b>Gigtskolen</b>	<b>Sted</b>	<b>Tidspunkt</b>	<b>Pris</b>	<b>Tilmelding/info</b>
<p><b>Vægttabshold uden diætist</b> Motion og vedligeholdelse af sunde vaner – små hold</p>	<p><b>Diakonissestiftelsen</b> Dronningensvej 4 2000 Frederiksberg C</p>	<p><b>Mandag</b> Kl. 18.00-19.30</p>	<p><b>875 kr. for 15 gange</b> <b>PEAS 575 kr.</b></p>	<p><a href="http://www.gigtskolen.dk">www.gigtskolen.dk</a></p> <p>Tlf. 49 76 31 00 Mandag/tirsdag/torsdag kl. 10-12</p> <p>Email: <a href="mailto:kontor@gigtskolen.dk">kontor@gigtskolen.dk</a></p>
<b>Motionshold i HSK</b>	<b>Sted</b>	<b>Tidspunkt</b>	<b>Pris</b>	<b>Tilmelding/info</b>
<p><b>Vandaerobic XL</b></p>	<p><b>Hyltebjerg skolesvømmehal,</b> Hanstholmvej 10, Vanløse</p>	<p><b>Mandag</b> Kl. 19.30-20.15 Kl. 20.15-21.00</p>	<p><b>1625 kr.</b> for en sæson – september til og med maj.</p>	<p><a href="http://www.hsk.dk">www.hsk.dk</a></p> <p>Tlf. 38 71 09 40 Mandag kl. 13-17, tirsdag-torsdag kl. 9.30-12.30</p>



# Motion for dig med overvægt

FOF København	Sted	Tidspunkt	Pris	Tilmelding/info
<b>Dans dig slank</b>	<b>Falkoner fitness</b> Sylows Alle 1 2000 Frederiksberg	<b>Mandag</b> Kl. 18.00-19.20 <b>Tirsdag</b> Kl. 17.35-18.55 <b>Onsdag</b> Kl. 13.30-15.00 <b>Fredag</b> Kl. 10.00-11.20	<b>1130 kr.</b> for 11 gange. PEAS pris: 995 kr.	Kontakt FOF KBH:  Tlf.: 45 96 01 00 www.fofkbh.dk
De dansende divaer	Sted	Tidspunkt	Pris	Tilmelding/info
<b>Dans for overvægtige</b> <i>(tiderne i kursiv er åbne hold dvs. ikke kun for overvægtige)</i>	<b>Kastanie Alle 20,</b> 2720 Vanløse  <b>Pejsegaarden,</b> Frederikssundvej 345 Brønshøj	<b>Mandag</b> Kl. 9.00, 16.45, 17.50 20.00 <b>Torsdag</b> Kl. 9.00 <b>Fredag</b> Kl. 16.45 <b>Søndag</b> Kl. 9.00  <b>Tirsdag og onsdag</b> Kl. 9.00, 16.00, 17.05, 18.10 <b>Torsdag</b> Kl. 16.00, 17.05 <b>Fredag</b> Kl. 9.00 <b>Lørdag</b> Kl. 9.00, 10.05, 11.10  60 min. pr. gang.	<b>6 mdr.</b> 3300 kr. - fri adgang  <b>3 mdr.</b> 1800 kr. fri adgang 1500 kr. - 2 gange ugentligt 900 kr. - 1 gang ugentligt  <b>1 mdr.</b> 650 kr. fri adgang 350 kr. - 1 gang ugentligt 550 kr. - 2 gange ugentligt  Gratis prøvetime	<a href="http://www.dedansendedivaer.dk">www.dedansendedivaer.dk</a>  Email: <a href="mailto:info@dedansendedivaer.dk">info@dedansendedivaer.dk</a>