

FYSS-rådgivning

FYSSforum

Vill du komma igång med träning för att förbättra din hälsa, men är osäker på vilken typ av träning som är lämplig eller vilken nivå du ska träna på? Boka då tid för en FYSS-rådgivning på FYSSforum.

På FYSS-rådgivningen får du råd om fysisk aktivitet, motion och träning av leg sjukgymnast som dessutom har kännedom om det lokala utbudet av fysisk aktivitet. Rådgivningen baseras på vetenskapliga rekommendationer i FYSS.

FYSS= fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling

Tid för rådgivning bokas på telefon eller mail, se kontaktuppgifter nedan.

Pris: kostnadsfritt

Rådgivare: leg sjukgymnast



FYSSFORUM STOCKHOLM AB

Ringvägen 101, kv (ring för portkod)
118 60 Stockholm

Telefon: 08-641 82 00 / 076-189 83 43 / 0760-16 41 82
E-post: info@fyssforum.se
Hemsida: www.fyssforum.se