

# SvängGympa!

**Bli starkare, smidigare och mer rörlig  
– upptäck dina resurser och väck rörelseglädjen!**

För dig som tycker om att röra dig i takt med musik! Gympapass till svängig musik, med konditions-, rörelse-, balans- och styrketräning samt en hel del koordinationsövningar. Ett allsidigt och genomtänkt pass, välgörande för hela kroppen - du har roligt under tiden och känner dig skönt stärkt efteråt!



**Tid:** Onsdagar kl 9.30-10.30 (ej 30/5)  
**Pris:** 1200 kr för klippkort 10 ggr  
(pensionär/sjukskriven 900 kr)  
**Instruktör:** Leg sjukgymnast

*Med FaR® (Fysisk Aktivitet på Recept) får Du 10% på första kursomgången. Klippkortet gäller i 6 månader. Vi tar emot FriskvårdsChecken och Friskvårdskuponger, och är anslutna till Wellnet.*

## **FYSSforum Stockholm AB**

Ringvägen 101, kv  
118 60 STOCKHOLM  
Tel 641 82 00, 0760-16 41 82  
[www.fyssforum.se](http://www.fyssforum.se)  
[info@fyssforum.se](mailto:info@fyssforum.se)

*FYSS = Fysisk aktivitet i Sjukdomsprevention och Sjukdomsbehandling*