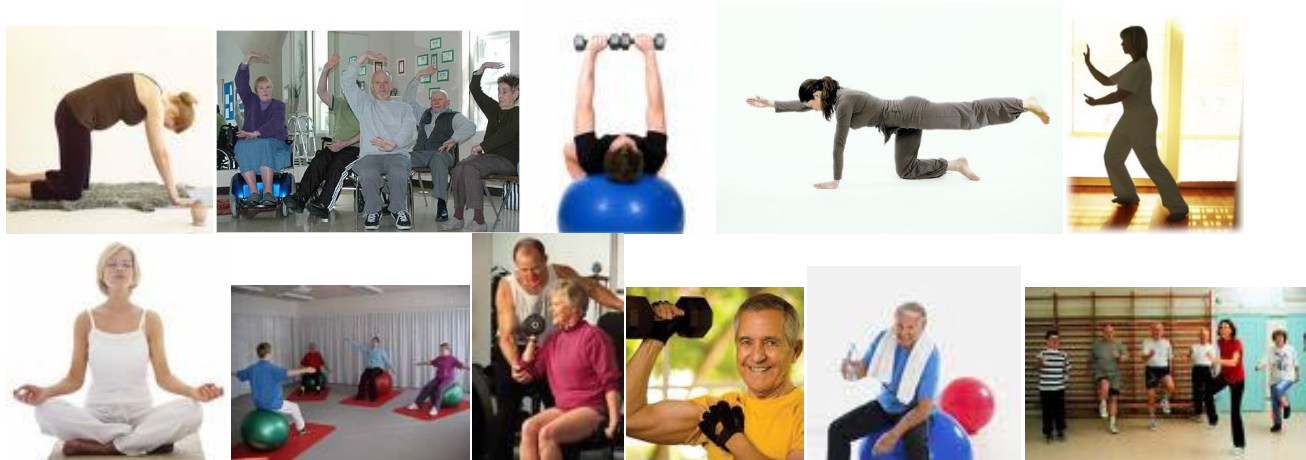


FYSSforum's GRUPPSHEMA

Vårterminen 2012



	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
8-9					
9-10			SvängGympa		
10-11	Balans&Styrka för seniorer 55+	AxelTräning	9.30-10.30		
11-12	SittGympa 11.00-11.45	10.30-11.30	Medicinsk Yoga Bas/seniorpass		KOL-Gympa Hjärt- och lungsjukas länsförening i Stockholm
12-13					
13-14	Basal Kropps- kännedom/ Mindfulness	Medicinsk TaiChi (TCA)	Balans&Styrka för seniorer 55+	CirkelTräning för hjärtat	ParkinsonTräning 12.30-14.00
14-15		ViktCirkel RF (20/3-12/6)			AstmaGympa (30/3-1/6)
15-16	Friska Fötter	ViktCirkel RF (20/3-12/6)	Klassisk Yoga	Rygginformation för gravida (föranmälan)	Rörelse & Ro 15.15-16.15
16-17					
17-18		Medicinsk Yoga 17.30-18.30			
18-19		(8/5-5/6)			

Passen är en hel timme om inget annat anges.

Mer information: www.fyssforum.se eller 08/641 82 00