



Nu är den här! Nya RÖRIS 7

Vi hälsar dig och alla som vill träna med barn, varmt välkomna till RÖRIS-utbildning.

Två dagar att välja på onsdagen 13 eller torsdag 14 september kl. 13.30–15.30

Utbildningen hålls i F&S lokaler på Slottsmöllan.

Gratis parkering finns utanför.

Buss 40 mot Kärleken, hoppa av vid Slottsmöllevägen.

Medtag träningskläder, inomhusskor och överdragströja. Det finns låsbara skåp i omklädningsrummet, tag med eget hänglås. Kom ombytta till samlingen.

13.30–14.00	Samling, Välkommen! Information om Friskis&Svettis och RÖRIS
14.00–14.15	Fika med macka
14.15–15.15	RÖRIS – praktik Vi går igenom programmet och övar tillsammans
15.15–15.30	Avslut och frågor

Alla deltagare får en RÖRIS – cd samt tillhörande rörelseaffisch. Nytt för i år är nedladdningsbar digital version av Röris 7.

Pris: 500 kr

Vid **anmälan** uppge namn, datum och fakturaadress – anmälan görs till elisabeth@friskishalmstad.se eller via telefon 035-10 18 17, **senas 8 september 2017.**

Har du några frågor eller funderingar kontakta Elisabeth Malmberg på ovanstående mail eller telefonnummer.

Vi ser fram emot att träffa er

Elisabeth Malmberg & Olga Hansson