

# Varmt välkommen till balansträning för seniorer

Du som för det mesta klarar dig utan  
gånghjälpmedel men ibland känner  
osäkerhet vid t ex promenader utomhus:

**Kom och träna kostnadsfritt**

## **STÅENDE BALANS I GRUPP**

med Hörby kommuns  
sjukgymnast/fysioterapeut.

**Obs!** Ingen föranmälan behövs.

**Tid:** Onsdagar med start 4/9

4/9 - 11/12 (ej 30/10, 4/12)

Kl. 10:30-11.00

**Plats:** Friskis och Svettis lokaler på Hörby  
Sportcenter.

**För mer info kontakta oss på: 0415 – 37 83 79**