



MEDIMAR
– för din hälsa –

Gruppträningschema

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
07.30 – 08.00					
08.00 – 09.00					
09.00 – 10.00				Frisk för livet Ålands Cancerförening	Frisk för livet Ålands Cancerförening
10.00 – 11.00				Starka seniorer Kl. 10.30 – 11.30	
11.00 – 12.00					
12.00 – 13.00					
13.00 – 14.00					
14.00 – 15.00		Företagshälsovårdens stresskurs Kl. 14.30 – 15.30			
15.00 – 16.00	Företagshälsovårdens kurs i fysisk aktivitet Kl. 15.30 – 16.30	Företagshälsovårdens ryggkurs			
16.00 – 17.00				Arthrosträning Ålands Reumaförening	
17.00 – 18.00					
18.00 – 19.00				Ålands Neurologiska förening	
19.00 – 20.00			Reserverat förening		

För mer information om vår gruppträning, kontakta oss via telefon 14 404



Välkommen att träna på egen hand i vårt gym med träningskort



Pris träningskort

57 €/10 ggr

Företagskunder 51 €

Schemat gäller 1.9.2020 – 31.12.2020, ändringar kan ske, vänligen se www.medimar.ax