



**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				Artroträning Ålands Reumaförening	
17.00 – 18.00			Reserverat förening		
18.00 – 19.00			Reserverat förening kl. 18.30 – 19.30	Ålands Neurologiska förening	
19.00 – 20.00					

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 1.1.2021 – 31.5.2021, ändringar kan ske, vänligen se [www.medimar.ax](http://www.medimar.ax)