



Friskvårdsklubben i Malmö

HT-2017

MÅNDAG

Anmälan och avanmälan till våra fysiska aktiviteter görs till:
telefon/sms: 0708-417594
mejl: anmalan@fvkmalmo.se
Våra telefontider är:
Måndag 13.00-15.00
Tisdag-Fredag 10.00-12.00

TISDAG

ONSDAG

TORSDAG

FREDAG

Gym på Fitness 24 Seven

Plats: Dalaplan, 24 Fitness
Klockan 13:00-14:30

Ledare: Jenny O & Lena

Start: 30 aug Slut: 6 dec

Bollsport

Plats: FiFH, Stora Hallen
Klockan: 11.00-12.30

Ledare: Robert

Start: 17 aug Slut: 7 dec

ÖPPET HUS

För dig som är intresserad av att engagera dig, skapa ett samarbete med oss eller få mer information om FVK i Malmö.

FiFH Cafe, 10.00-12.00. Sista fredagen i månaden.

Promenad i Gemenskap

Plats: Utgår från FiFH
Klockan: 13.00-14.00

Ledare: Cherish

Start: 16 aug Slut: 6 dec

Yoga

Plats: FiFH, Lilla Hallen
Klockan: 10.00-11.00

Ledare: Stina

Start: 18 aug Slut: 8 dec

Gympa Lagom

Plats: FiFH, Stora Hallen
Klockan: 13.00-14.00

Ledare: Sofi

Start: 14 aug Slut: 4 dec

Basal Kroppskännedom

Plats: FiFH, Lilla Hallen
Klockan: 12.30-14.30

Ledare: Ulla & Mia

Start: 15 aug Slut: 5 dec

Yin Yoga

Plats: FiFH, Lilla Hallen
Klockan: 13.30-14.30

Ledare: Jennie L

Start: 16 aug Slut: 6 dec

Lättjympa

Plats: FiFH, Stora Hallen
Klockan: 13.30-14.30

Ledare: Johanna

Start: 17 aug Slut: 7 dec

Frigörande dans

Plats: FiFH, Stora Hallen
Klockan: 13.15-14.45

Ledare: Fredrik (jämna veckor)

Ledare: Stina (ojämna veckor)

Start: 18 aug Slut: 8 dec

Basal Kroppskännedom

Plats: FiFH, Lilla Hallen
Klockan: 13.00-15.00

Ledare: Ulla & Mia

Start: 14 aug Slut: 4 dec

Bassängträning

Plats: Cronqvists gata 122
Klockan: 13.45-14.45

Ledare: Åsa

Start: 22 aug Slut: 5 dec

Innebandy

Plats: FiFH, Stora Hallen
Klockan: 14.30-16.00

Ledare: Robert

Start: 16 aug Slut: 6 dec

**Glöm inte att anmäla er!
En del pass har begränsat
antal platser.**