



Hälsoveckan 21-27 januari

Under Hälsoveckan är alla välkomna till friskvårdsanläggningar, simhallar och ishallar. Tillsammans erbjuder de över 100 roliga aktiviteter under veckan, varav många vänder sig till barn och unga. Under veckan kan du också gratis prova det ordinarie utbudet på Idrott & förenings 12 träningsanläggningar runtom i Göteborg.

Exempel på aktiviteter från programmet:

- **Ungdomskväll** - Vi pratar om mat, träning och stress och hur allt påverkar oss. Vi avslutat med ett träningspass tillsammans.
- **Olika former av yoga** (till exempel sagoyoga, yinyoga)
- **Olika typer av vattenaktiviteter** (bland annat syskonsim, prova på livräddning, aqua zumba)
- **Prova på isaktiviteter** (långfärdsskridskor och hockeyskola med mera)

- **Angered Arena • Askims ishall och Askims simhall • Backavallens motionscentrum • Frölundabadet • Geråshallen • Hedens isbana • Isdala • Kärra simhall • Lundbybadet • Länsmansgårdens motionscentrum • Rambergsrinken • Ruddalens idrottscentrum • Slottsskogsvallens idrottscentrum • Skatås motionscentrum • Tuvevallens motionscentrum •**

**Hela programmet kommer att finnas på goteborg.se/halsoveckan
Sidan lanseras inom kort**