



## Osäker på hur du tränar i ett utegym?

I vår kan du få gratis tips och råd av instruktörer/ personliga tränare som finns på plats vid fyra av Göteborgs Stads utegym.

### Ruddalens utegym

Onsdag 3 april kl. 17-18  
Måndag 29 april kl. 17-18

### Dalens utegym

Lördag 4 maj kl. 10-12  
Måndag 20 maj kl. 11-12.30  
Måndag 3 juni kl. 11-12.30  
Lördag 15 juni kl. 10-12

### Skatås utegym

Söndag 5 maj kl. 12.30-14

### Kvibergs Parks utegym

Torsdag 13 juni kl. 18-19.30