



HÄLSOLOTS
CENTRUM

Avspänningsträning - för dig 18-66 år

Vi tränar andning och avspänning tillsammans med leg. fysioterapeut. En grupp för dig som känner av stress och anspänning i kroppen. Inga omklädningsrum. 12 tillfällen.

Drop in och kostnadsfritt!



NÄR: Måndagar

kl. 13:30-14:15

16 februari - 11 maj 2026
(ej 6 april)

**VAR: Stora Salen,
Kulturhuset Kåken**
Kålltorpsgatan 2