

Gratis friskvård

17 juni – 23 augusti 2024

Under våren erbjuds friskvårdsaktiviteter för bättre hälsa. För dig som är 20-65 år och bosatt i Solna eller Sundbyberg. Främst för dig med psykisk ohälsa eller beroende. Aktiviteterna är kostnadsfria och ingen föranmälan eller förkunskap krävs. Kom som du är!

Måndagar

14.00–15.00 Promenad- och springgrupp

Råsta- och Lötsjön. Start vid Lötsjöns utegym, Sundbyberg.

Ledare: (Olika)

Onsdagar

13.00–15.00 Padel

Englundavägen 6-8, Solna Business Park.

Ledare: (Olika)

Torsdagar

14.00–15.00 Promenad- och springgrupp

Råsta- och Lötsjön. Start vid Lötsjöns utegym, Sundbyberg.

Ledare: (Olika)

Fredagar *Obs: Endast två tillfällen!*

Cirkelträning

28 juni, 14.30–15.30

5 juli, 14.30–15.30

Actic, Svetsarvägen 9, Solna Business Park

Ledare: Angelina

Hämta
schema



Kontaktuppgifter

Solna: Sara Godin 08-746 12 14

Sundbyberg: Torbjörn Ekevik 08-706 66 50

Facebook: Arbetssupporten

Instagram: @solnafriskvard



SOLNA STAD