



Senior idræt

Fysisk aktivitet kan gøre en stor forskel i din hverdag. Det kan mærkes på din krop: dine muskler, led og din bevægelighed. Og det kan mærkes på dit humør: din følelse af overskud, din hukommelse og din koncentrationsevne.

- Aktivitetssted: Århus Firma Sport, Paludan-Müllers vej 110
- Første gang: Onsdag d. 17. september
- Sidste gang: Onsdag d. 15. April
- Antal gange: 26.
- kontingent: 750 kr.
- Aktivitet: Fra kl. 11.00. - 12.00: Gymnastik/motion
Fra kl. 12.00. - 12.30: pause med egen mad og drikke.
- Tilmelding: Kan kun ske via www.aafs.dk/tilmelding



www.aafs.dk



Følg os på Facebook:
Århus Firma Sport



aarhus@aafs.dk



86 78 62 22

