

HÄLSOLOTS

CENTRUM

Avspänningsträning - kurs



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

VAR: Konstepidemin, Konstepidemins väg

NÄR: Onsdagar kl. 13.30-14.15 (22 feb - 29 mars)

LEDARE: Emma Östebo, leg. fysioterapeut, Active City Rehab

Anmälan och kostnadsfritt!

ANMÄLAN (från och med 15 januari 2023):
via [halsolots.se](https://www.halsolots.se) under "Anmälan kurser"

www.halsolots.se

 VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

 Göteborgs
Stad