

KALENDER



HÄLSOCENTER

DECEMBER

- **Fredag 13/12 kl. 17.00-19.00 After Work☺**
LUCIA MEDLEY!

Vi firar Lucia med ett Medley av våra pass!

QiGong, Yoga, Pilates, SomaMove!

Vi flödar igenom och blandar alla olika former till ett pass, avslutas med YinYoga samt avslappning!

Vi myser efter med glögg och pepparkakor!

250:- 12 platser.



- **Måndag 16/12 kl 16.00-18.00 Senior AW☺**

Vi träffas och julmyser med ett Medley av våra pass☺

QiGong, Yoga, Pilates, SomaMoves, MediYoga!

Vi blandar alla olika former till ett pass, avslutas med Yin med Maria, Kicki, Nina & Elisabeth

Vi myser efter med glögg, bubbel och lite tilltugg!

250:- 12 platser


- **Söndag 22/12 kl 16.00-17.30 Jul Yoga+Yin**



Välkommen att ladda upp inför julen med ett flödande

Yogapass som avslutas med lång avslappning med

Annika & Elisabeth 150:- inkl Glögg! 12 platser!

- **Fredag kl 16.30- 18.00 NyårsYoga+SomaMove!** 
Vi avslutar året och laddar inför 2020 med ett flödande
Yogapass 45 + SomaMove 45 med Elisabeth & Kicki!
150:- avslutar med Nyårsbubbel! 12 platser!

JANUARI 2020

Öppet Hus måndag den 6/1 kl 15-18

Alla företag i Hälsocenters lokaler finns på plats!
Välkommen in och titta på våran mysiga lokal, prova på
behandlingar, prova på pass, ta en kopp te mm☺

Hälsocenter – Elisabeth Andersson
Ritvas Hälsa & Livsdesign - Ritva Tammela
Kickis Hälsa – Kicki Söderlund
Energi by Charlotte – Charlotte
Peace your mind – Nina Johansson
Innerperspektive - Lasse Andersson
Your Mind Guide – Jenny Olsson

NYA GRUPPSTARTER VECKA 2

Allt bokas via hemsidan
www.halsocenterab.se/bokadirekt