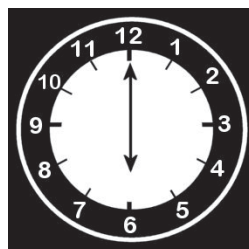
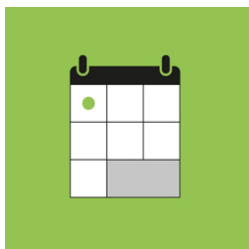




Enkelträning hösten 2025

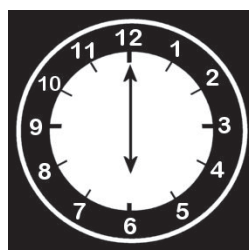
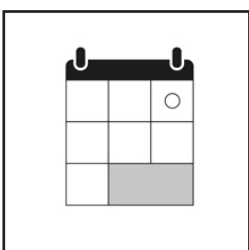
För dig med eller utan intellektuell funktionsvariation och som har lite extra behov av stöd i din träning.

Enkelspin start 8 september



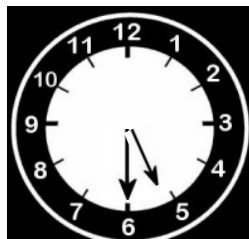
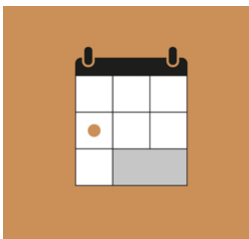
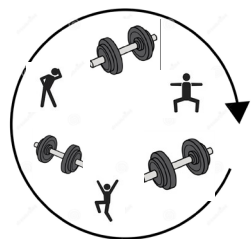
Måndagar kl 18 på Frösö Strand. Välkommen!

Enkeljympa start 20 augusti



Onsdagar kl 18 på Frösö Strand. Välkommen!

Enkelcirkel start 21 augusti



Torsdagar kl 17.30 på Frösö Strand. Välkommen!



Första gången är alltid gratis prova på!

Sen betalar du **Enkelkort 500 kr + medlemsavgift 150 kr** för all enkelträning hösten 2025. Eller **75 kr/gång**. Om du har en assistent eller anhörig som är en förutsättning för din träning är hen välkommen att följa med kostnadsfritt.