

VELKOMMEN TIL BARSELTRENING

Vi tilrettelegger trening for hver enkelt med fokus på bekkenbunnstrening, styrke, mobilitet og cardio.



Mandager kl. 11.30-12.30

FANA ARENA (Slåtthaugvegen 144)

5 minutters gange fra Skjoldskiftet bybanestopp

Oppstart 29. april

Kurset varer i 6 uker

Pris 6 uker: 850 kr

Drop in: 150 kr

Ta kontakt for påmelding eller spørsmål:

Ida Oline Lillealtern, tlf: 93093808, e-post: ida@idrettbergensor.no