

Har du lyst til at være med i et brobygningsprojekt, som Thurø Foreningsfitness, Svendborg Gymnastikforening/ Fitness og Svendborg Kommune arbejder sammen om?

Er du midt i eller færdig med dit kommunale træningsforløb

Har du lyst til at fortsætte din træning i foreningsfitness. For at lette overgangen fra kommunal træning til træning i forening, tilbyder Svendborg Kommune og to foreninger mulighed for i en **op til 12 ugers** periode at fortsætte din træning i Sundhedshuset, inden du fortsætter i en forening.

I brobygningsprojektet kender du træningslokalet og aktiviteten, og du møder en foreningsinstruktør.

Foreningsfitness adskiller sig fra et kommercielt fitnesscenter ved, at det er drevet af frivillige. Instruktørerne du møder i Foreningsfitness er uddannet til at kunne lave et program som passer til dig, og fællesskabet er i fokus.

I foreningsfitness er der instruktører til stede på annoncerede tidspunkter - de er altid klar til at guide dig. Det er også muligt at lave en aftale.



Thurø
Foreningsfitness





Fortsæt dine gode træningsvaner i et foreningsfællesskab

Læs mere - og snak med din fysioterapeut

Praktisk information:

- Træning mandag kl. 16 – 17 i Sundhedshuset, Hulgade 9. Træning og omklædning på 1. sal.
- Projektperiode 13.03 - 19.06 2023.
- Pris: 200 kr. Nærmere information herom ved tilmelding til din fysioterapeut.
- Prisen giver mulighed for i prøveperioden også at træne i Foreningsfitness på Thurø, Thurøhallen, Rolf Krakesvej 20B eller i SG Fitness, SG Huset, Ryttervej 70 og du tilknyttes som medlem i en af de to foreninger i denne periode.

svb 4167



Svendborg
Kommune