

Lomma Hälsohus

Verksamheten drivs som en del av

Lomma Kiropraktik & Naprapaticenter

under ledning av Marcus Bennettberg, MA, Dipl., DC



Medicinsk Seniorträning

Denna formen av träning vänder sig främst till dig som t.ex. har artros, problem med ländrygg, knä, axlar eller andra delar av kroppen men alla är välkomna.

Du tränar styrka, kondition, spänst, koordination, rörlighet & balans. Övningarna är utformade med syfte att förstärka kroppens naturliga och vardagliga rörelsemönster, med hjälp av din egna kroppsvikt. Övningarna i passet och går att anpassa utefter din egen nivå

Passen hålls på Industrigatan 9, Lomma

I anslutning till kurslokalen finns omklädningsrum med tillgång till toalett och dusch.

Underlaget i salen är en mjuk träningsmatta.

Sommarerbjudande

6 pass 990 kr

(normalpris 1980kr)

Passet är 60 minuter mellan kl 11-12

Tisdag	4 juni
Fredag	14 juni
Onsdag	19 juni
Onsdag	26 juni
Onsdag	3 juli
Onsdag	10 juli



Boka din plats senast den 3 juni via ett sms till 0760-283983 (Åsa, bokningsansvarig)

Industrigatan9.se