



FRISKIS&SVETTIS VÄNERSBORG

Inbjudan med uppstart 17/9 - 2026

Vi vänder oss till Dig som skulle känna för att pröva på ett seniorpass, där aktiviteterna är mjuka, snälla och enkla för att vara anpassade till din förmåga. Att mötas är lika viktigt som att träna.

Föreningen startar ett projekt den 17 september 2026 för seniorer 62 år och äldre, som bor i kommunen. Det ger möjlighet till att skapa social kontakt och gemenskap och kanske också minska en känsla av ensamhet.

Vi vill gärna informera om hur vi jobbar och Dina funderingar på att pröva att delta med oss. Den sociala gemenskapen är nog så viktig vid en fikapaus eller vid andra gemensamma möten i föreningen. Deltagandet i aktiviteterna under hösten 2026 är avgiftsfritt.

Friskis&Svettis har som verksamhetsidé att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet, som är avpassad till den enskildes förmåga. Mycket handlar om att ge deltagarna energi i mötet de har med varandra.

Ring till Friskis&Svettis:

Anna B Johnander tel. 0727193481, så får du veta mer. Du kan också skriva till anna@vanersborg.friskissvettis.se

Jonas Keterlins tel. 0521-18911 eller mobil: 0739536491, så får du veta mer. Du kan också skriva till jonas@vanersborg.friskissvettis.se