



Friskliv 1: Månedspan august Bedre helse gjennom sunne valg

Treningstider:

Mandag og onsdag kl. 13.

Tirsdag og torsdag kl. 14.



| Uke | Mandag | Tirsdag | Onsdag | Torsdag | Fredag |
|-----|--------------------|--------------------------|-------------|-------------|--------|
| 31 | | 1.TUR Bodøsjøen | 2. | 3. | 4. |
| 32 | 7. | 8.TUR Løp/Ausvika | 9. | 10. | 11. |
| 33 | | 15. TUR Hunstadtoppen | | | |
| 34 | 21. Stordalshallen | 22. Stordalshallen | 23. Vågønes | 24. Vågønes | 25. |
| 35 | 28. Stordalshallen | 29. Stordalshallen | 30. Vågønes | 31. Vågønes | |

Vågønes gård: Oppmøte ved den store røde traktorgarasjen hvor blått punkt er plassert.

Sommertilbud (alle tre gruppene): I sommer blir det mulighet til å bli bedre kjent i Bodømarka. Vi har felles avmarsj fra oppmøteplass som blir annonsert via sms i forkant. Videre er det opp til hver enkelt hvor langt man ønsker å gå. Om noen ønsker å ta med seg en kopp kaffe e.l er det mulighet for det.

