

**Hjertemotion starter i det nye år :**

**I Aars: Onsdag den 3. januar 2024 i Fysio Danmark, Messevej 2.**

**Her er 3 mulige hold : Kl. 8,30 eller kl. 13,00 eller kl. 14,30. Vi træner 16 gange til en pris af 650 kr.**

Indholdet er 1 times træning, med efterfølgende kaffe og frugt ca. en halv time.

**I Løgstør: Torsdag den 4.januar 2024 i Fysio Danmark, Blekingevej 17.**

**Her er 2 mulige hold : Kl. 9,00 eller kl. 10,00. Vi træner 16 gange til en pris af 650 kr.**

Indholdet er en times træning med efterfølgende kaffe og frugt ca. en halv time.

**Nye deltagere er også velkomne. Gerne til en gratis ”prøvegang”.**

For yderligere info : Helen Schøning tlf. 21404891