



## **MEDIYOGA**



Vi fortsetter med yogagruppe på fredag klokka 11:00.

Start: fredag 16. januar, 8 ganger til sammen.

Vinterferie uke 8.

Stol kan benyttes.

Denne gruppen kan benytte egenandelskort.

Bindende påmelding innen fredag 2. januar. Det er førstemann til mølla som gjelder.

Tove Tobiassen Faane 45613816.

## **YOGAINSPIRERT BEVEGELSESGRUPPE**

Denne gruppen benytter mer bevegelse i øvelsene.

Start torsdag 15. januar klokka 15:30, 8 ganger til sammen.

Denne gruppen kan ikke benytte egenandelskort.

Bindende påmelding innen fredag 2. januar. Det er førstemann til mølla som gjelder.

Kr 1000,00

Tove Tobiassen Faane 45613816.

**Husk å gi beskjed hvilken gruppe du ønsker å delta på.**

**Hilsen styret.**