



Stark och säker! Träning för balans och styrka

Tillsammans utför vi enkla övningar för att förbättra balans och styrka till härligt medryckande musik! Kom i lediga, lätta kläder och skor för rörelse. Välkommen!

Seniortorget, Renmarkstorget 15

Tisdagar och torsdagar klockan 11–12.

090-16 65 00

**UMEÅ
KOMMUN**



www.umea.se/seniortorget