

TIMEPLAN

St. Olavs Hospital

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
09.00 - 11.30 Egentrening	09.00 - 10.00 Egentrening	09.00 - 11.30 Egentrening	09.00 - 11.30 Egentrening	09.00 - 10.00 Egentrening
	10.00 - 11.00 Yoga			10.00 - 11.00 Yoga
11.30 - 12.30 Pause				
12.30 - 13.45 Sirkel	12.30 - 15.00 Egentrening	12.30 - 13.30 Lavterskel- trening	12.30 - 13.45 Sirkel	12.30 - 15.00 Egentrening
13.45 - 15.00 Egentrening		13.30 - 15.00 Egentrening	13.45 - 15.00 Egentrening	

Timeplanen gjelder fra 4. Januar 2016

For å delta på aktivitetene må du ha en samtale med fysioterapeut før oppstart. Bestill time på tlf nr 993 59 337 eller kom innom for mer informasjon om tilbudet.

Gruppetimene og individuelle veiledninger ledes av fysioterapeut Kristine Hernes Haugen og spesialfysioterapeut Guro Birgitte Stene.

NB! Pga plassbegrensning i trenings salen er påmelding og avmelding nødvendig. Påmelding skjer via sms eller e-post: pusterommet@stolav.no