

HÖSTENS
FÖRELÄSNINGAR

PÅ HÄLSOBRO

- INTE BARA ETT GYM!

Hälsobro är ett centra för livsstilsförändring med fokus på social och mental stimulans samt fysisk aktivitet. I höst erbjuder vi ett antal intressanta föreläsningar kring hälsa och välmående!

TISDAG 6 OKTOBER

MICHAEL KATZ - OM MASSAGE OCH HÄLSA

Michael är leg. massageterapeut från Axelssoninstitutet. Genom att töja och förlänga muskler, en i taget, samtidigt som de utsätts för ett konstant tryck under en dryg minut, kan de fås att slappna av. Kom och lyssna på en intressant föreläsning om metoder för massage och hälsa!

KOMMANDE FÖRELÄSNINGAR:

**KIM ERIKSSON - ATT VÄNDA
DRÖMMAR TILL VERKLIGHET**
Torsdag 22 oktober

Tisdagen den 6 oktober kl. 18.00-
19.30
Lokal meddelas vid anmälan
tel 019-14 05 10

www.halsobro.se

Entré 50 kr



ARBETARNAS BILDNINGSFÖRBUND