

VRI voksengymnastik med FLEX

VRI gymnastik tilbyder 10 forskellige typer hold og har en FLEX ordning, hvor du kan gå på flere hold for en lille ekstrapris.

Fx Step og styrke tirsdag og Fitness for hele kroppen torsdag

Tilmelding fra 1. juli

Læs mere på VRIs hjemmeside: www.vri.dk/voksne



MAVE-RYGHOLD - Damemotion m/PILATES - Step og styrke
QIGONG - Zumba fitness - KUNDALINI YOGA - Stærk krop
50 + med gymnastik og volleyball - Fitness for hele kroppen
Naturtræning i Risskov