

Bevæg dig i Naturen

Kom til en frisk omgang formiddagstræning i den skønne natur



Frisk gåtur med indlagte trænings- og naturoplevelser. Vi sørger for at du får pulsen på og samtidig træner styrke, koordination og balance

Tid: Torsdage kl. 10.00-11.00 i maj og juni

Mødested: Silkeborg Trailcenter på Vejlsøvej

Pris: 30 kr. pr. gang

Instruktør: Tina Pape

Tilmelding: Tlf. 20281099



IDRÆT OM DAGEN

Silkeborg Kommune