



Fallførebyggjande kurs

Kjenner du deg utsø eller er engstelege for å falle? Da er dette kurset noko for deg. Meld deg på!

Kurset fokuserer på koordinasjon, balanse og styrketrening for å førebyggja fall.

Kurssted: Stord kommunale rehabiliteringssenter, Lønningsåsen 9b.

Dei påmeldte vil verte kontakta på telefon før kurset startar.

Påmelding og eventuelle spørsmål kan rettes til Andreas Sirevaag i Frisklivssentralen på tlf 414 05 425.

Velkommen!