

Tilbudet gjelder fra 6. september -
1. desember og koster 500,-

Gi beskjed om du trenger skyss, så kan
kanskje vi hjelpe til med det.

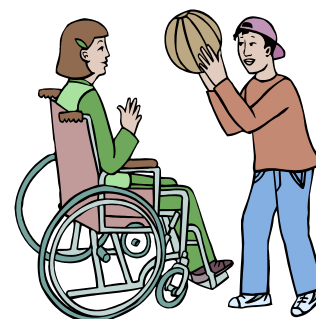
Ønsker du å være med?
Ta kontakt med:

Carine Sollund 75641528 el. 97715136
carine.sollund@fauske.kommune.no

Even Solstad 75641588 el. 46922872
even.solstad@fauske.kommune.no



Åpen hall 60+



Åpen hall 60+

Frisklivssentralen Fauske (tidligere FYSAK) starter 6. september 2011 opp med aktivitetstilbud for deg som har passert 60 år.

**Fauske Idrettshall:
Tirsdager 10.00 – 11.30**

Salg av kaffe og vafler i kantina etterpå.



Fysisk aktivitet kan ikke oppheve aldringsprosessen men forsinke den. Selv meget gamle får god effekt av trening.

Sterkere muskulatur gir seg utslag i økt ganghastighet, bedret balanse og evne til å gå i trapper, redusert bruk av hjelpemidler og økt spontan fysisk aktivitet.

-Helsedirektoratet-

