

SENIOR STYRKETRENING 62+ - 80+

STYRKEROM: JESSHEIM IS- OG FLERBRUKSHALL

TIRSDAGER KL. 12.30-13.30 Oppstart tir. 24. feb. 2026

ENKLE STYRKEØVELSER FOR HELE KROPPEN (SIRKELTRENING)

PT er på plass hver tirsdag frem til mai.

Påmelding/Info: tlf: 90 99 31 90

**Arr:
ULLENSAKER IDRETTSRÅD**

BORGEN IL