

Träna med
08fri.Masters



Tyngdlyftning

Kostnadsfri tyngdlyftning
för dig över 35 år

Datum: Tisdagar från 8 oktober till 3 december

Tid: Kl. 20.00–21.15

Plats: Bosön

Avgift: Kostnadsfritt

Anmälan: mattias@sunneborn.se

Frågor: Besvaras av Jenny Åkervall, 070-690 42 79

Projektet 08fri.Masters bjuder på träningen och entrén till Bosön. Alla är välkomna, inga förkunskaper krävs. Ta chansen och ta med en kompis eller två.

Välkomna,
Jenny Åkervall & Mattias Sunneborn



Stockholms friidrottsförbunds projekt 08fri.Masters vill använda veteranfriidrotten för att öka antalet fysiskt aktiva äldre i stockholmsregionen och på så sätt främja fysisk och psykisk hälsa.

**08fri.
Masters**

08fri.masters

www.08fri.se/masters