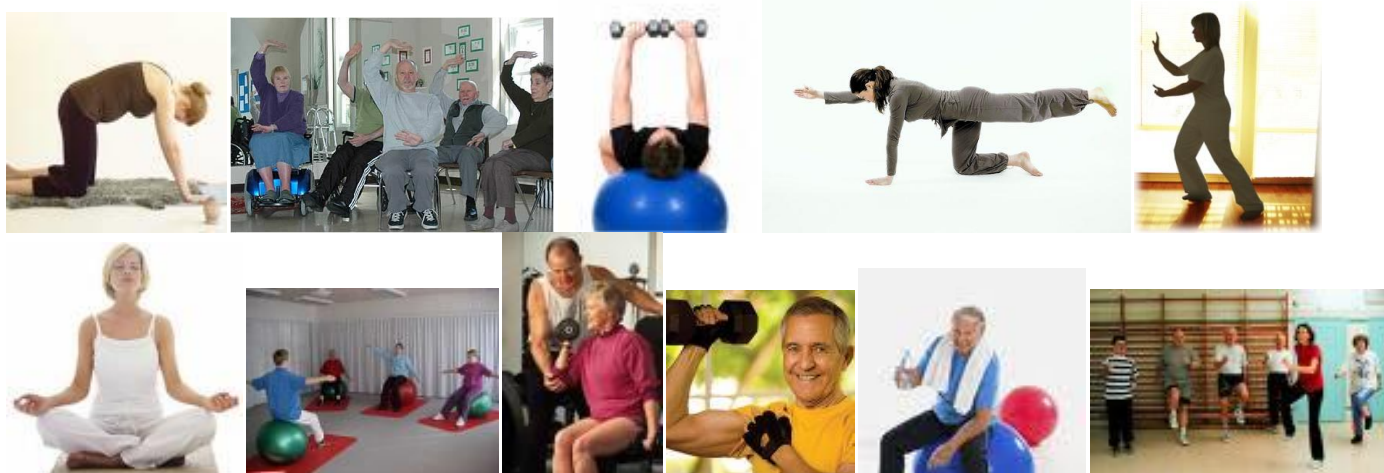


# FYSSforum's GRUPPSHEMA

## Vårterminen 2020



TID	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
11-12	<b>MediYoga för återhämtning</b> 11.00-12.15 (75 min) Krukmakargatan 3				
11-12	<b>Lugn yoga/Basal Kroppskännedom</b> Götgatan 11		<b>DHR SittGympa</b> Tellus Fritidscenter Lignagatan 8		
12-13			<b>Fot &amp; Balans</b> Tellus Fritidscenter Lignagatan 8		
13-14	<b>Rak i ryggen</b> Götgatan 11				<b>Alla Kan-gympa</b> Mariatorget 5
14-15	<b>FysioYoga på stol</b> Götgatan 11				<b>ParkinsonTräning 85 min</b> (inkl gym) 14.00-15.25 Mariat. 5 <b>KOL-Gympa</b>
15-16 15.30	<b>Håll dig på benen!</b> (3-24/2) Götg. 11		<b>SeniorGympa</b> Vädurens seniorboende (endast för boende)		14.30-15.25 Mariatorget 5
16-17	<b>Tai Chi för Artrit</b> Götg. 11 (30/3-25/5)				
17-18			<b>MediYoga med Ayurveda</b> 17.00-18.30 (90 min) Krukmakargatan 3		

MediYogan hålls av InnerStories, KOL-gympan hålls i samarbete med Länsföreningen HjärtLung , SittGympan med DHR och SeniorGympan på Väduren i samarbete med Norrmalms SDF.

**FYSSforum Stockholm AB**

Lokaler: SAGA, **Mariatorget 5**; MetaNoova, **Götgatan 11**, Tellus, **Lignagatan 8**

Mer om aktiviteterna och övrig verksamhet: [www.fyssforum.se](http://www.fyssforum.se), [info@fyssforum.se](mailto:info@fyssforum.se) eller 08-641 82 00