

Temaaften om nakke og ryg i Sundhedscentret den 4. oktober



Gør din nakke eller ryg knuder?

Så kom og prøv 6 lette øvelser for nakke og ryg. Med i købet får du et oplæg om, hvordan du holder dig i gang, når ryg eller nakke gør ondt.

Tid og sted:

Temaaftenen holdes den **4. oktober kl. 19-21** i Sundhedscentret, Rådhusbuen 1, 4000 Roskilde (indkørsel fra Gormsvej)

Tilmelding nødvendig:

Kontakt sundhedscentret på telefon: 46 31 77 02 eller mail Sundhedforalle@roskilde.dk, husk at oplyse telefonnummer.

Der er plads til 14 deltagere efter først til mølle princippet.