

# **BLI TRIMINSTRUKTØR PÅ -TONE'S MATBAR - SNERTINGDAL!**

**RÅDGIVNINGSTJENESTEN FOR ELDRE ØNSKER  
1 ELLER 2 PERSONER TIL Å VÆRE  
TRIMINSTRUKTØR PÅ TONE'S MATBAR.**

**TRENINGEN SKJER HVER ONSDAG FRA  
KL. 12. 00 TIL 13.00.**

**TRIMMEN ER ÅPEN FOR ALLE OG GJØRES BÅDE  
SITTENDE OG STÅENDE SAMMEN MED MUSIKK.**

**INSTRUKTØREN FÅR OPPLÆRING.**

**DET VIKTIGSTE ER AT DU ER GLAD I Å BEVEGE DEG  
OG HAR LYST TIL Å BIDRA MED EN FRIVILLIG  
INNSATS!**



**Vil du vite mer? Ta kontakt med oss.**

Rådgivningstjenesten for eldre  
Øvre Torvgt. 2, 2815 Gjøvik  
611 48 694 / 611 48 695

E-post : [radgivningstjeneste.eldre@gjovik.kommune.no](mailto:radgivningstjeneste.eldre@gjovik.kommune.no)

