



KickOff på Örnahallens Hälsocenter

Lördagen 3/9 2011, kl. 9.00-13.30

<i>När?</i>	<i>Vad?</i>	<i>Var?</i>
09.00-09.15	Uppvisning gruppträning	Entrén
09.30-10.00	Pump	Träningslokalen
10.15-10.45	Box Power	Sporthallen
10.15-10.45	Minifirren (10 barn 1-4 år + 10 vuxna)	Simhallen
11.00-11.30	Aqua Power	Simhallen
11.45-12.15	Spinning	Spinningsalen
11.45-12.15	Föreläsning	Teorisaalen
12.30-13.00	Latino	Sporthall
13.15	Utdelning av priser!	Entrén

Gym

- Öppet hus 9.30-14.00
- Tävlingar

Simhallen

- Öppet hus 10.00-13.30
- Simkunnighetstest (de första 20 får ett märke)
- Tävlingar och aktiviteter

Övrigt

- Tipspromenad och andra tävlingar. Vinstutdelning 13.15!
- Naprapat, gratis undersökning/bedömning 11.00-13.30
- Provsbakning av smoothieshots i caféet (begränsat antal)
- Öppet i caféet under hela dagen!
- Försäljning av kort mm.

Välkomna!