

The image shows the cover of a spiral-bound notebook. The cover is a light beige or tan color with a fine, woven texture. A silver metal spiral binding is visible along the left edge. The text is centered on the cover in a black serif font.

Klockaregården, Sätillas
”minigym”

Invigning
”En förlängning av Formkontroll”
2011

*KLOCKAREGÅRDEN
SÄTILA*



VÄLKOMMEN

*För fri redskapsträning på tisdagar och
torsdagar. Träningslokalen på Klockaregården
är öppen mellan kl:10.00-12.00*

*Personal från Rehab i Skene är på plats vid
invigningen den 11 och 13 januari 2011*

Frivilligverksamheten

Klockaregårdens samlingsal var full av nyfikna träningsaspiranter vid invigningen



Intresset för träning är stort



Kondition och lårträning



En stilstudie



Benpress



Här tränar man bröstmuskelaturen

