**PEBERKVÆRNENS RYGHOLD**

**Kom og vær med til at træne din ryg og mave .**

**Mange af jer døjer med smerter i ryggen.**

**Derfor starter vi nu et fælles ryghold hvor I sammen kan træne og støtte hinanden.**

**Første gang bliver tirsdag den 20.August 2019**

 **Kl.16.45-17.00**

**På gensyn ☺**

**Bedste hilsener Kari, Lene og Eva**