

Selvtræning på kommunens aktivitets- og træningscentre

Svendborg Senioridræt har et samarbejde med de trænende terapeuter i Sundhedsafdelingen om at tilbyde gratis selvtræning på kommunens aktivitets- og træningscentre.

Så skulle du have lyst til lidt ekstra træning, er der mulighed for dette.

Fremgangsmåden er:

At du ringer til de trænende terapeuter på tlf. 6223 4040

Og laver en aftale. Du møder op til den aftalte tid og bliver introduceret til træningsrummet og redskaberne. Derefter kan du træne på de tider, netop det center har åbent for selvtræning



Selvtræning er muligt flg. steder.

Træningssteder

Damgården	Kærvej 8, 5881 Skårup
Stenstrup Plejecenter	Hostrupvej 1, 5771 Stenstrup
Gudme Dagcenter	Storkehavevej 6, 5884 Gudme
Bryghus Centret	Bryghusvej 2, 5700 Svendborg
Aldersro Centret	Aldersro 4, 5700 Svendborg
Tåsinge Plejecenter	Syrenvej 24, 5700 Svendborg
Frøavlén	Frøavlén 7, 5700 Svendborg
Thurøhus	Bergmannsvej 17, 5700 Svendborg
Ollerup Plejecenter	Svendborgvej 16, 5762 V. Skerninge

Det skal pointeres, at det ikke er tilladt at træne i centrene uden at være blevet introduceret til redskaberne