

NATURKRÆFTER



Er du mand, og har du – eller har du haft – kræft? Så er Naturkræfter et friluftsliv- og træningstilbud til dig.

I godt selskab med andre mænd i samme situation tilbyder Sven (fysioterapeut) og Daniel (naturvejleder) et forløb med fokus på bevægelse, fysisk aktivitet og friluftsliv. Vi lægger vægt på at være sammen på en naturlig og uformel måde. Træningen bliver tilpasset efter dig.

Mødetid

Tirsdage kl. 14.15 - 15.45

10 gange

D. 25. august til og med d. 3. november 2020 (bortset fra 13. oktober).
Der er løbende optag.

Sted

Naturcenter Quark, Avedøre Tværvej 56

Husk praktisk og varmt tøj og fodtøj, der passer til vejret.

Tag en drikkedunk med.

Ved afbud venligst kontakt Sven Kruppa 41850021

Kontakt

Hvis du er interesseret, så kontakt kræftkoordinatorerne:

Nanna Nøjgaard

sundhedscenter@hvidovre.dk

tlf. 61 82 74 78

Pernille Lyngholm

sundhedscenter@hvidovre.dk

tlf. 41 51 73 54



Hvidovre Sundhedscenter

Hvidovrevej 272

2650 Hvidovre

Tlf: 36 39 37 37

sundhedscenter@hvidovre.dk

Åbningstider:

Mandag-onsdag kl. 8.00-15.00

Torsdag kl. 8.00-17.30

Fredag kl. 8.00-14.00