

Inspirasjon til bedre helse:

BRA MAT KURS

ONSDAG 24. SEPT KL. 12.30-15.00

GOL IDRETTSARENA

TOTALT 6 ONSDAGER:

24.09, 08.10, 22.10, 05.11, 12.11, 26.11

TILBUDET ER TIL INNBYGGERE FRA HELE HALLINGDAL.

ENDRING AV DATOER KAN FOREKOMME

PRIS: KR 300,-

Synes du det er vanskelig å ha gode matvaner, selv om du vet hva som er lurt å spise? Kurset gir deg kunnskap om hvordan du kan opprettholde varige vaner, endringsprosess, kosthold og praktiske råd i hverdagen.

MER INFO OG PÅMELDING:

Frisklivssentralen Gol

Tlf: 470 10 583

E-post: friskliv@gol.kommune.no

www.kursihallingdal.no

