



Det har vore godt frammøte på dei første gymstick-kveldane som turngruppa har hatt i haust. (Foto: Ola Matti Mathisen)

Gymstick har slege godt an også i Uskedalen og 20. oktober skal turngruppa ha eit tretimarskurs (13-16) i bruken av dette enkle, men effektive treningsapparatet, fortel leiar Hege Lekva til uskedalen.no

Grunnen til at kurset skal haldast er at gruppa har begynt med gymstick om torsdagane og at instruktørane ønskjer å bli kursa enda meir i gymstick. Men også andre er invitert til å melda seg på og prisen er 400 kroner pr. person.

Elin Harestad er kurshaldar. Ho var også med på aktivitetshelga i mars, der ho instruerte både i gymstic og aerobic og fekk attest for å vera veldig inspirerande og flink. Kurset kjem til å innehalda både teori og praksis. Talet på plassar er begrensa og innmeldinga skjer til 98 80 77 13 (Hege).