



Det var stor interesse for gymstick frå første dag i haust. (Foto: Ola Matti Mathisen)

Det er enno ledige plassar på gymstick-kurset 20. oktober, fortel turngruppe-leiar Hege Lekva.

Ho tek i mot innmeldingar på telefon 98 80 77 13. Instruktør blir som sist Elin Harestad og kurset varar i tre timar, frå 13 til 16.

Oppslutnaden om gymstick var stor heilt frå starten i haust sjølv om dette var ein nyheit på trimprogrammet. No får alle sjansen til å læra meir.

Gymstick er ein morosam og inspirerende treningsform med øvingar som bae styrkjer, strekkjer og formar kroppen. Gymstick kan nyttast både i gruppetrening, utandørs og heime.