

**Treningstilbud onsdager, på treningssenter med instruktør:**

Vi viderefører samarbeidet med gruppetrening for personer med MS.

Puls Egersund: Jærveien 15, kl.: 17:30 - 18:30.

Kontakt Gunn for mer informasjon: 51 49 09 50

Gratis for medlemmer av Rogaland MS-forening.

PT Service Stavanger: Vålandsbakken 5, kl.: 17:00 - 18:00.

Kontakt Sander for mer informasjon: 480 23 841

Gratis for medlemmer av Rogaland MS-forening.

\*\*\*\*\*

**Treningstilbud torsdager, med fysioterapeut i gruppe.**

Movon Sandnes: Jønningsheiveien 40. Torsdager kl.: 13:00 - 14:00.

Kontakt Joachim for mer informasjon: 919 00 447

Alle betaler egenandel for deltagelse. 109kr per gang frem til frikort er innvilget. Dette er sirkeltrening med ulike øvelser, og med høy intensitet. Alle øvelser kan tilpasses.