



## Kursoversikt for Friskliv Jæren høsten 2022

### BRA MAT for bedre helse

**Ålgård, Veveriet, rom 311**

Datoer: 27.sept, 4.okt, 18.okt, 25.okt. 1.nov

Tid: 12.30-14.30

Kontakt: Friskliv Gjesdal, 947 81 631

### RØYKESLUTTKURS

**Bryne, Timehallen**

Datoer: Januar 2023

Tid:

Kontakt: Friskliv Time, 411 06 242

### TANKEVIRUS

**Bryne, Timehallen**

Datoer: 07.09, 14.09 og 21.09

Tid: 12:30-14:30

Kontakt: Friskliv Time, 411 06 242

### SØVNBURS

**Klepp, Sirkelen**

Dato: 12.09, 19.09, 03.10 og 17.10

Tid: 11.00-13.00

Kontakt: Friskliv Klepp, 474 74 695

### HVERDAGSGLEDE

**Nærbø, Hå helsesenter**

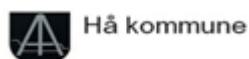
Datoer: 07.11, 14.11, 21.11, 28.11 og 05.12.

Tid: 10.00-12.00

Kontakt: Friskliv Hå, 415 32 642



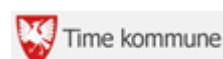
Gjesdal kommune v/FLS  
Rettedalen 1  
4330 ÅLGÅRD



Frisklivssentralen i Hå  
Lyngvegen 14  
4365 NÆRBØ



Frisklivssentralen i Klepp  
Pb. 25  
4352 KLEPPE



Frisklivssentralen i Time  
Pb. 38  
4349 BRYNE

## LIVSSTYRKETRENING

**Klepp, Sirkelen**

**Informasjonsmøte (obligatorisk): 30.august kl 10.00-12.00**

Datoer: 06.09, 13.09, 20.09, 04.10, 18.10, 25.10, 01.11, 08.11,  
15.11, 22.11.

Tid: 10.00-14.30

Kontakt: Friskliv Klepp, 474 74 695

---

## GAMMEL VANE MULIG Å VENDE

**Klepp, Sirkelen**

Datoer: 29.09, 06.10, 20.10, 27.10, 03.11

Tid: 12.30-15

Kontakt: Friskliv Klepp, 474 74 695

---

**For mer informasjon:**

[www.frisklivjaeren.no](http://www.frisklivjaeren.no)



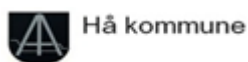
Frisklivjaeren



Friskliv Jæren: Gjesdal, Hå, Klepp og Time.



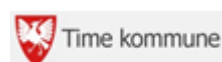
Gjesdal kommune v/FLS  
Rettedalen 1  
4330 ÅLGÅRD



Frisklivssentralen i Hå  
Lyngvegen 14  
4365 NÆRBØ



Frisklivssentralen i Klepp  
Pb. 25  
4352 KLEPPE



Frisklivssentralen i Time  
Pb. 38  
4349 BRYNE