

# FRISK & STERK timeplan

- for deg over 60 år

TIME	KLEPP	GJESDAL	HÅ
Mandag 10.30-11.30 Torsdag 10.30-11.30  <b>Vardheihallen, Bryne</b> <i>(Nordlysvegen 10)</i>	Tirsdag 10.00-11.00  <b>Kleppeloen, Klepp</b> <i>Utetrening</i>	Tirsdag 10.30-11.30 Fredag 10.30-11.30  <b>Ålgårdhallen</b> <i>(Ålgårdsheia 27)</i>	Mandag 14.15-15.00  <b>Bø Skole, Nærbø</b> <i>(Vålandsvegen 4)</i>

**Du kan delta på treninger i alle de fire kommunene og på flere treninger i uken!**

**SMITTEVERN** Først og fremst gjelder følgende regler:

1. Du kan kun delta på trening dersom du er helt symptomfri.  
Hold deg hjemme hvis du har symptomer forenlig med koronavirus.
2. Dersom du er i karantene eller isolasjon kan du IKKE trene hos oss. Tren gjerne hjemme!
3. Dersom du har reist utenfor Norge ber vi deg om å vente 10 dager før du møter opp.

