



Timeplan for Pusterommet i Stavern, Kysthospitalet

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Fredag
09.30 – 10.30 Uttrening Styrke/kondisjon		09.00-10.00 Basseng	09.00-10.00 Basseng
11.00 – 12.00 Innetrening Styrke/kondisjon	10.30 – 11.30 «Kom i gang» Innetrening	10.30-12.00 Uttrening Styrke/kondisjon	10.15 – 11.15 Styrke og bevegelighet
13.00-14.00 Innetrening Styrke/kondisjon		13.00 – 14.00 Innetrening Styrke/kondisjon	13.00 – 14.00 Styrke og bevegelighet

Pusterommet er åpent mandag, tirsdag, onsdag og fredag på aktuelle gruppetimer og individuelle avtaler.

På Pusterommet ved Kysthospitalet treffer du spesialfysioterapeutene Ellen Marie Ryeng og Anette Ruud Øverbø, spesialidrettspedagogene Vibeke Vike og Mari Sagaas og lege Einar Riegelhuth Koren.

Har du spørsmål eller er du forhindret i å møte kan du ringe tlf. 33 13 40 87 / 33 13 40 00