



Välkommen till KA1IF's Maratondag Lördagen den 28 september

Kom och prova våra pass! Under hela dagen den 28 september kan du gratis prova på flera av våra pass samt ställa frågor till våra ledare.

Ingen anmälan krävs, det är bara att dyka upp. Alla som klarar hela dagen får ett pris! Passen är ca 45 min så det finns lite tid mellan passen för lite återhämtning och kanske något litet att äta.

Mer info om vår föreningen och våra aktiviteter hittar du på karif.se

Hoppas vi ses!

10:00

SomaMove i spegelsalen
Badminton i stora hallen

11:00

Box i spegelsalen
Barn gymnastik i stora hallen

12:00

Uteträning
Tennis för alla åldrar i stora hallen

13:00

Cirkelträning i stora hallen

14:00

Zumba i stora hallen