

# Inspirerande hälsodag

Plats: Nätets lokaler Kanalgatan 7, Jönköping  
28 mars kl 11 - 17

Entré 100 kr

12 - 18 år 50 kr

barn under 12 år gratis

Detta ingår i priset:

Tips och råd om  
hälsa i vardagen

Nya vanor  
kl 12:00 - föreläsning  
av S. Anderberg

Gör din  
stressbarometer

Yoga kl 13:30  
Funktionell träning  
kl 16:00

Kostkollen  
- hur och vad äter du?

+ mycket mer!

Försäljning av bröd,  
spikmattor och  
supersnacks

Tips i vardagen  
kl 15:00 - föreläsning  
av Y. Sjöberg

Medverkande:  
[www.ekolillan.se](http://www.ekolillan.se)  
[www.livskraft.nu](http://www.livskraft.nu)  
[www.salongfrelize.se](http://www.salongfrelize.se)

## Dessutom:

- Fika med ekologiska råvaror
- Prova Indisk huvudmassage till reducerat pris
- Erbjudande: boka vår Inspirationsdag till förmånligt pris, endast idag!

**Odeas**

- hitta Din väg och Dina mål -

tel. 070 35 30 744

[www.odeas.se](http://www.odeas.se)

SA Friskvård

Tel. 0766-284913

[www.safriskvard.se](http://www.safriskvard.se)

