

PROGRAM

FOLKEHELSEUKA

11.-17. SEPTEMBER

Mandag:

Kl. 10:00 – 11:00

Trening med frisklivssentralen

Åpent for alle, oppmøte i resepsjon på
Kippermoen idrettssenter

Kl. 19:30 – 21:00

Turn for voksne med MIL turn

Basistrening

Onsdag:

Kl. 13:00

Babysvømming

Ring 75 10 17 30 for påmelding.
Koster kr. 200 per gang.

Torsdag:

Kl. 10:00 – 11:30

Trening med frisklivssentralen

Åpent for alle, oppmøte i resepsjon på
Kippermoen idrettssenter.

Kl. 17:30 – 19:00

Turn for voksne med MIL turn

Parkour

Detaljert info om aktiviteter på siste side

FOLKE
HELSE
U K A
2023

PROGRAM

FOLKEHELSEUKA

11.-17. SEPTEMBER

Lørdag:

Kl. 10:00 – 17:00

Zipline med Hi North

Halv pris på Zipline for lokalbefolkningen

Søndag:

Kl. 10:00 –

Kreftmarsjen med Mosjøen Sanitet

Oppmøte på Litjenget, marsjen går opp til Skogstua ved Mostjønna.

Annet:

12.-14. september

Heime-Ute-Uko

Ta middagen ute hos utvalgte restauranter mellom kl. 16-20 og få 20% rabatt på utvalgte retter.

Detaljert info om aktiviteter på siste side

FOLKE
HELSE
UKA
2023

PROGRAM

FOLKEHELSEUKA

Kreftmarsj med Mosjøen Sanitet:

Marsjen starter med påmelding kl. 10.00 på Litjenget
Marsjen koster kr. 50,- per person. Inntektene går til kreftsaken. Deltakerne får pin. Det selges kaffe og vaffel på Skogstua.

Trening med frisklivssentralen:

Mandag er det sirkeltrening og torsdag er det intervalltrening & sirkeltrening. Aktiviteten er åpen for alle og gratis å delta på.

Babysvømming på Kippermoen idrettssenter:

Vanntilvenning for barn 0-1 år. Ring 75 10 17 30 for påmelding og info.

Zipline med Hi North:

Hi North reduserer prisen på Mosjøen Zipline drastisk for Folkehelseuka 2023! Lokalbefolkningen får halv pris lørdag 16. september
[Folkehelseuka - Mosjøen Zipline \(bilberry.no\)](https://bilberry.no/folkehelseuka-mosjoen-zipline)

Turn for voksne med MIL turn:

Åpent for alle voksne, gratis denne uken. Oppmøte på Kippermoen idrettssenter.

Heime-Ute-Uko (12-14.september):

Ta middagen ute hos utvalgte restauranter mellom kl. 16-20 og få 20% rabatt på utvalgte retter. Mer info på Heime-Ute-Uko på Facebook.

**FOLKE
HELSE
U K A
2023**