

11. maj 2020

Rygestop i det fri

Tag et frisk pust og gå en røgfri sommer i møde.

Bliv røgfri sammen med andre på et rygestopkursus, hvor du bliver inspireret og motiveret til at fastsætte en stopdato, og får redskaber til at fastholde dit rygestop.

Det er muligt at vælge kursus onsdage fra kl. 10.00-12.00 eller kl. 16.00-18.00, vi mødes 5 gange over 5 uger.

Kurset vil blive afholdt udendørs uanset vejret, og der vil være et nyt mødested fra gang til gang.

Det er derfor et krav, at man selv fragter sig til mødestedet, og at man kan gå min. 4 km. inkl. bakker.

Der er først til mølle, og der er plads til 9 deltagere på hvert hold. Kurset starter onsdag den 27. maj og afsluttes den 24. juni.

Henvendelse og tilmelding

Du skal ringe til rygestopinstruktør Rikke Rossen Hansen tlf. 24 44 60 73