

Holdplan 6.4.21	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
GLAiD® Slidgigt i knæ og hoft*	15:00			15:00	
GLAiD® Slidgigt i ryggen *start septemb er 2021					

Ryghold intro*			16:00		
Supervis eret træning*	11:00	11:00 13:00	11:00	11:00	10:30 11:00
Gigthold*					09:00
Parkinso n hold*	11:00		11:00		
Sclerose hold*		10:00			10:00

*Lukket hold - få yderligere information i receptionen.

GLAiD® - Slidgigt i knæ og hofte

GLA:D® er en forkortelse for "Godt Liv med Artrose i Danmark" som med udgangspunkt i nyeste forskning indeholder uddannelse

(teoriundervisning) og et træningsforløb under vejledning af en fysioterapeut.