

JACOB GUDIOL

En djupdykning i styrketräning

Lördag 16:e september

| 12:15- ~14:00

| Polhemskolans aula, Lund

Välkommen till en föreläsning kring styrketräning med folkbildaren Jacob Gudiol.

Följt av gemensam träning på Lunds TK för de som är intresserade.

Anmälan: [formulär](#) (eller maila ditt namn till info@lundstk.se)

Kostnad: 25 kr/person

*Föreläsning och efterföljande **gemensam träning** på Lunds TK är **gratis** för dig som är medlem i en förening i sydsvenska styrkelyftsdistriktet!*

