

Pris (byrådsbeslutning):

600 kr. / år, fra august – august.

Melder man sig ind senere end august, betaler man fortsat fuld pris.

Betaling overføres til Danske Bank:
Reg 4319, kontonr: 0011-9697-04

Når betalingen er registreret, vil man få udleveret et navneskilt, som skal bæres under opholdet i Skovhuset.

Åbningstider:

Hverdage mellem kl. 7.00 – 9.00 og kl. 16.00 – 18.00

Weekend mellem kl. 9.00 – 12.00

Kontaktperson:

Ældrerådsrepræsentant Claus Philipsen

Telefon: 4825 4981, e-mail: fam.philipsen@get2net.dk

Områdeleder Kirsten Blæsgaard Svendsen

Telefon: 7232 6620, e-mail: kbsv@hillerod.dk



HILLERØD
KOMMUNE

SELVTRÆNING I SKOVHUSET



Centervænget 43-45

3400 Hillerød

Telefon: 7232 6600

E-mail: skovhuset@hillerod.dk

Skovhuset tilbyder rammer for selvtræning for pensionister i Hillerød Kommune.

Vi har et træningslokale med:

- Gangbarre
- 2 stolecykler og 2 motionscykel
- 1 benpres maskine
- 1 armtræningsmaskine (Multitræner)
- 2 træningsbolde og gulvmadrasser
- Stepbænke
- 1 crosstrainer
- 1 romaskine
- 1 ribbe



Det praktiske:

Vi vil glæde os til at byde dig velkommen og tænker, at det kan være til gensidig glæde for dig og plejecenterets beboere, at du træner hos os.

Der er ikke bade- eller omklædningsfaciliteter.

Træning foregår på eget ansvar, og vi kan ikke tilbyde instruktion af træningsredskaberne.

Vi gør opmærksom på, at der kan være beboere fra Skovhuset eller medarbejdere, der benytter lokalet i samme tidsrum.