



Gärdet och Abrahamsberg nyheter för årets parkträning

Måndag 16 juni går startskottet för Friskis&Svettis Stockholms årliga parkträning, som erbjuder stockholmarna gratis träning i en rad parker under sommaren. I år utökas perioden med en vecka samtidigt som två nya grönområden introduceras på schemat: vid Kampementsbadet på Gärdet samt Lillsjöparken i Abrahamsberg.

Jympa, Dans fusion, Dans fuego, Dans afro, Dans street, Core, Yoga, Flex, Flex soft, Intervall flex samt ett antal tema- och maratonpass: över 120 gratispass erbjuds stockholmarna mellan 16 juni och 31 augusti när Sveriges största ideella idrottsförening startar årets parkträning.

– Att träna utomhus är en av årets starkaste trender, det ser vi på flera håll i träningsbranschen. Vi har prioriterat pass som bidrar både till svett och skratt – och som tilltalar så många stockholmare som bara möjligt. Årets schema har exempelvis mycket fokus på dans i olika stilar, säger Henrik Ramstedt, chef för Friskis&Svettis Stockholm.

Klassikerna Råambshovsparken och Skarpnäcks IP är aktuella även i år – däremot har Tantolunden och Ängbybadet bytts ut till förmån för Gärdets sportfält vid Kampementsbadet och sommarens bubblare Abrahamsberg.

– Vi växlar parker med jämna mellanrum av den enkla anledningen att vi vill få så många som möjligt att röra på sig. Abrahamsberg är naturligtvis också viktigt för oss med tanke på den kommande etableringen, säger Henrik Ramstedt.

För mer information om sommarens parkträning, besök:

<http://www.sthlm.friskissvettis.se/las-mer.aspx?ContentID=2611>

För mer information:

Henrik Ramstedt, chef Friskis&Svettis Stockholm, 0720-70 05 44

Lotta Törnberg, kommunikationschef Friskis&Svettis Stockholm, 0768-56 80 26

Om Friskis&Svettis Stockholm

F&S Stockholm är Sveriges största ideella idrottsförening med 85 500 medlemmar och drygt 1 500 verksamma funktionärer. F&S Stockholm erbjuder ett stort och varierat utbud med över 60 olika typer av träning och totalt finns det drygt 900 träningspass i veckan. För mer information: www.sthlm.friskissvettis.se

