



**SKOGLI**  
velvære

## Treningstilbud

Skogli tilbyr treningsmuligheter for alle over 25 år i vår treningssal og varmtvannsbasseng. For treningssalen anbefaler vi en time med treningsveiledning først, slik at vi kan skreddersy et program ut fra dine behov/problemer. Månedlig medlemskap uten bindingstid kan inngås.

### Åpningstider for treningssalen:

Mandag - torsdag kl 14.00 - 21.00.

Fredag kl. 14.00 - 18.00. Søndag kl. 12.00 - 21.00

### Varmtvannsbassenget er åpent:

Mandag og onsdag kl. 15.30 - 17.00

Tirsdag og torsdag kl. 19.00 - 20.30

## Andre tilbud:

### Mer info og priser: [skogli.no](http://skogli.no) og [skogli.no/priser](http://skogli.no/priser)

- **Legeundersøkelse**  
30 minutter. *Ingen henvisning fra fastlege.*
- **Samtale med psykolog**  
45 minutter.
- **Samtale med sykepleier**  
45 minutter.
- **Klinisk ernæringsfysiolog**  
Kostholdsveiledning, 30 minutter.
- **Klassisk muskelmassasje**  
Varighet fra 15 til 90 minutter.
- **Skoglis vegetariske kokebok**  
Sunn, enkel vegetarmat kjøpes i resepsjonen for kr 190,-
- **Time hos livsstilslege**  
Optimaliser livsstilen i forhold til dine helseutfordringer.  
Mer info se: [www.livsstilspraksis.no](http://www.livsstilspraksis.no)



Korrigert april 2022

Skogli Helse- og  
Rehabiliteringssenter AS  
Frederik Colletts veg 13,  
2614 Lillehammer  
Tlf. 61 24 91 00

**Kontakt resepsjonen for  
informasjon og bestilling**