

Stimbrandi eldratilboð í Yndifitness

- Tað er ongantíð ov seint at røkja sín kropp, sigur Elsa Maria Bærentsen, instruktørur og annar stjórin í Yndifitness yviri við Strond í Havn. Yndi hevur eitt spennandi, kveikjandi tilboð til tey eldru: Fitness í Yndi

– Hetta er óført! Her er ymisk venjing, renniband, motiónssúkkla og ein hópur av maskinum, sigur Jógvan Andreassen, fyrrverandi dómari.

Jógvan Andreassen er sera fegin um hetta nýggja tilboðið til pensjónistar í Yndifitness í november. Og øll, ið hava roynt tilboðið higartil, eru himmalfeigin: – Kom við, sigur Ása Hátún, eftirløntur lærari.

Ætlanin hjá Yndifitness er so at bjóða teimum eldru sama tilboð aftur í januar.

Nógv burturúr

– Tey, sum hava gingið her henda royndarmánaðin í november, eru glað fyri tað, tey hava fingið burturúr, sigur Elsa Maria Bærentsen, instruktørur.



Ása Hátún og Jógvan Andreassen gera seg klár at fara í holt við rennibandið

Elsa Maria sigur, at tey byrja aftur 5. januar og halda fram í átta vikur. Tey, ið taka av tilboðnum frá Yndi, gjalda 700 krónur.

– Vit hava skipað soleiðis fyri, at vit fylgja við teimum alla tíðina. Vit hava tey undir observatió og rætta uppá tey, um neyðugt. Og tað er tað

sjálvandi.

Elsa Maria heldur, at tey eldru ella pensjónistarnir eru væl nøgd. Ið hvussu er lata tey væl at.

Aktivering

Elsa Maria sigur, at tankin við øllum

var upprunaliga, at mamma hennara, ið nú er ein eldri dama, gekk á Tjarnargarði í samband við eitt tilboð haðani, sum kommunan og landið høvdu fingið í lag um at aktivera tey eldru.

– Eg sá, hvussu hon tók seg fram. Tað er eitt gott tilboð, men tað

røkkur ov stutt. Mamma helt uppat, og so verður tað ikki hildið við líka.

Tankin hjá Elsu Mariu við tilboðnum í Yndi er tískil, at kanska verða tey vand upp á Tjarnargarði og kunnu so fara oman í Yndi at halda seg sjálv við líka. Upplatingartíðirnar hjá Yndi eru sera hósكىligar, og tey eldru skulu í øllum føri hava høvi til at venja í Yndi minst tvær ferðir um vikuna, tveir tímar í senn frá klokkan 9 til 11 mikudag og friggjadag.

– Tankin er, at tey eldru kunnu koma higar og røkja seg sjálv, so tey kunnu liva eitt virðiligt lív. Og tær nýtist ikki at vera pensjónistur, men eg leggi dent á, at tað er ongantíð ov seint at iðka, sigur Elsa Maria Bærentsen í Yndifitness.

Góð jólagávu-hugskot

Gávubúðin Prýði

Something Special

Vága Floghavn FO-380 Sørvágur tlf 35 88 50

Rein føroysk ull!

Farøese knitwear by

SNÆLDAN

Streundur 447154 · Tórshavn 35 71 54

Fotomíðstöðin Saltangará www.sunrid.com

Taki myndir til øll endamál

Sunrid í Gong · Fotografur · Tlf. 269255

ALT TIL TÓNLEIKARAN

musikkhus

N. Finnsengata 7-B • Tlf. 31 18 87 • Tórshavn

Ongin kuldabrugv

Varm Kant

www.b9.fo

Millum Gilja 155, FO-188 Hoyvík,
Tlf.: +298 21 62 98, Fax: +298 32 00 40,
Email: b9@post.olivant.fo, www.b9.fo

Timburmeistari Benny Larsen

RINGIB 312 000

KETILIN

JÄSPI-keilurin er kendur í Føroyum. Við mest seldum keilum á færøyska marknaðinum nýtist ikki at siga meira...

JÄSPI-keilurin fáa tygum hjá Mariu Poulsen.

JÄSPI Maria Poulsen

Tel 312 000 | Fax 315 970 | mp@mp.fo | www.mp.fo