

*Velkommen til*

# Fibromyalgiuka Høst 2025

Sammen med Hedmark Fylkeslag av Norges Fibromyalgiforbund inviterer vi til den  
10. Fibromyalgiuka på Savalen, 1.- 5.september 2025

En uke med mye trim, trening og trivsel, samt god mat og sosialt samvær!

## Matopplevelse

Vi serverer deilige frokostbuffér, lunsj og middager hver dag.

Den siste kvelden serverer vi også vårt flotte «Østerdalsbord».

## Trim, trening og velvære

Gjennom hele uken legges det opp til bassengtrening, saltrening, stolyoga, stoldans og litt Linedance også.

Utover det er det mange muligheter for gåturer, fjellturer og avslappende tid i velværebassenget. Kanskje frister det med en SPA-behandling i vår flotte Fjellspa også?

## Interessante foredrag

Uken fylles med interessant foredrag innenfor fibromyalgi, og «Fibrotimen» hvor det blir anledning til å dele erfaringer og informasjon.

## Sosial aktivitet

Det blir Lavvostemning og besøk i Julenissens Hus, samt musikk og åpen bar på kveldene.

Ellers er det flere koselige sitteområder hvor man kan hygge seg med ettermiddagskaffen.

En av dagene blir det tilbud om en hyggelig kulturhistorisk tur i Fjellregionen.

**Velkommen til Fibromyalgiuka Høst 2025**  
Hedmark Fylkeslag av Norges Fibromyalgiforbund  
Savalen Fjellhotell & Spa

## Informasjon/bestilling

### Savalen Booking

☎ 62 47 17 17

✉ [post@savalen.no](mailto:post@savalen.no)

🌐 [www.savalen.no](http://www.savalen.no)



## Savalen pakkepris

Pris for oppholdet, pr.pers i dbl.rom: **Kr 4.490,-**

- Inkl. helpensjon
- Foredrag og aktiviteter
- Fri adgang til bassenget
- 15 % rabatt på alle Spabehandlinger

Tillegg for enkeltrom: **Kr 1.400,-**

## Transport

Vi tilbyr skyss mellom Tynset Stasjon og Savalen til de som ankommer med tog.

**Ankomstdag:** Felles avgang fra Tynset Stasjon til Savalen kl.15.00

**Avreisedag:** Felles retur fra Savalen, med ankomst til Tynset Stasjon kl.12.45  
Tidene tilpasses rutetider for tog om de endres.

Pris t/r Tynset-Savalen **kr 235,-/pers.**