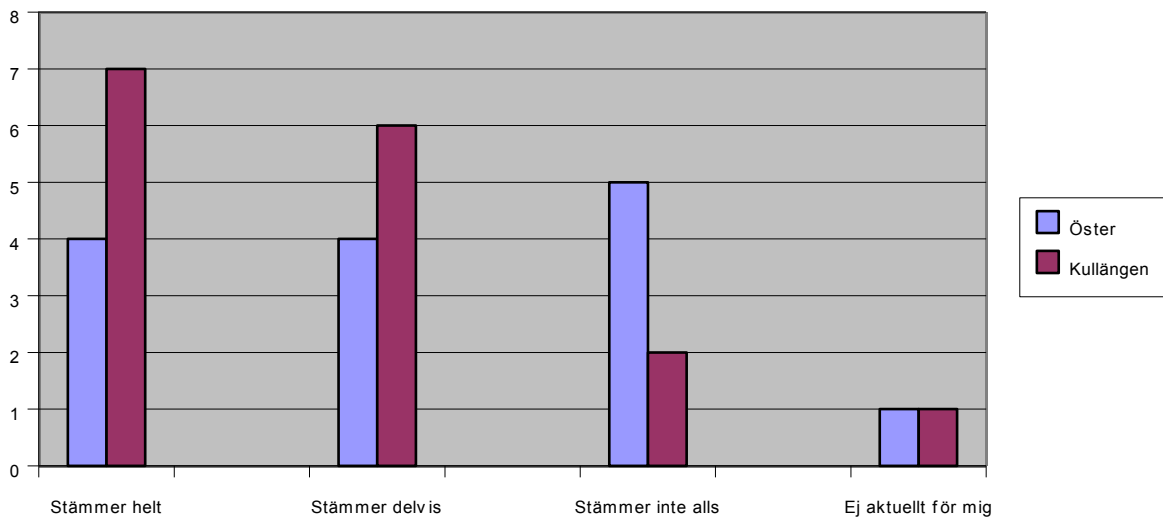
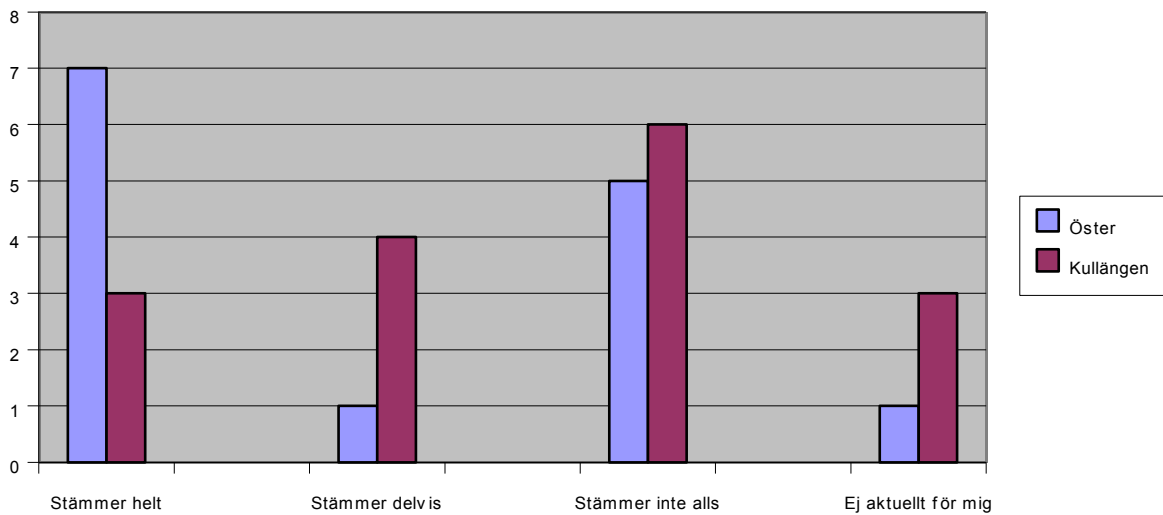


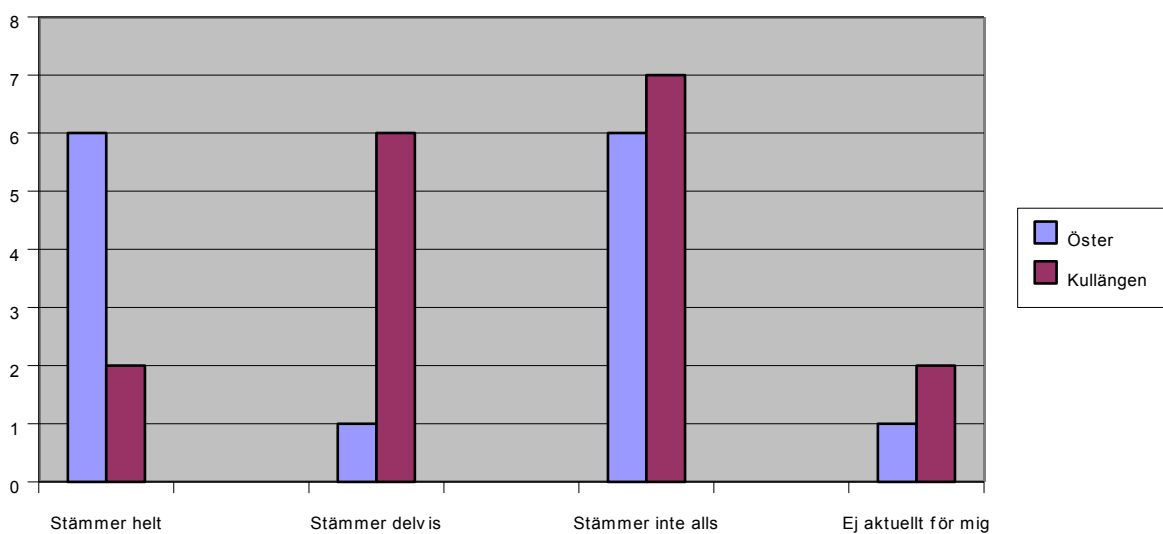
4. Jag upplever att jag nu kan utöva fler aktiviteter



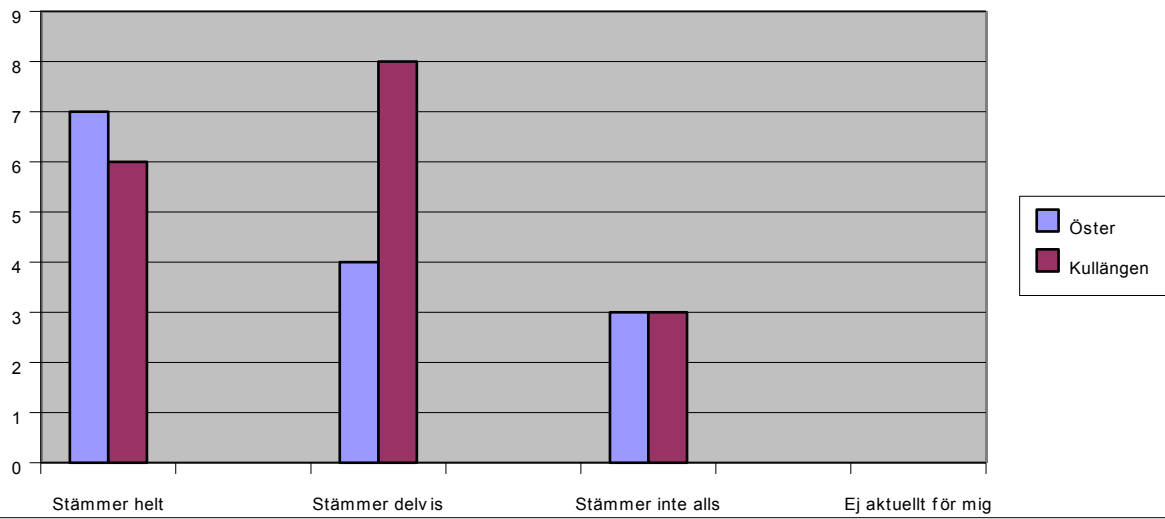
5. I och med träningen går jag oftare på egen hand.



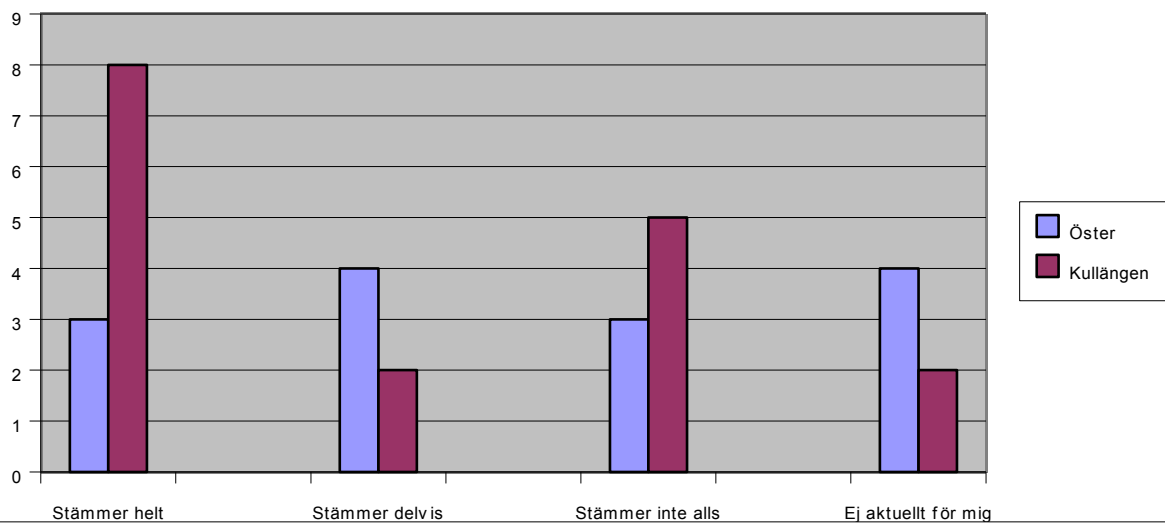
6. I och med träningen går jag längre sträckor på egen hand.



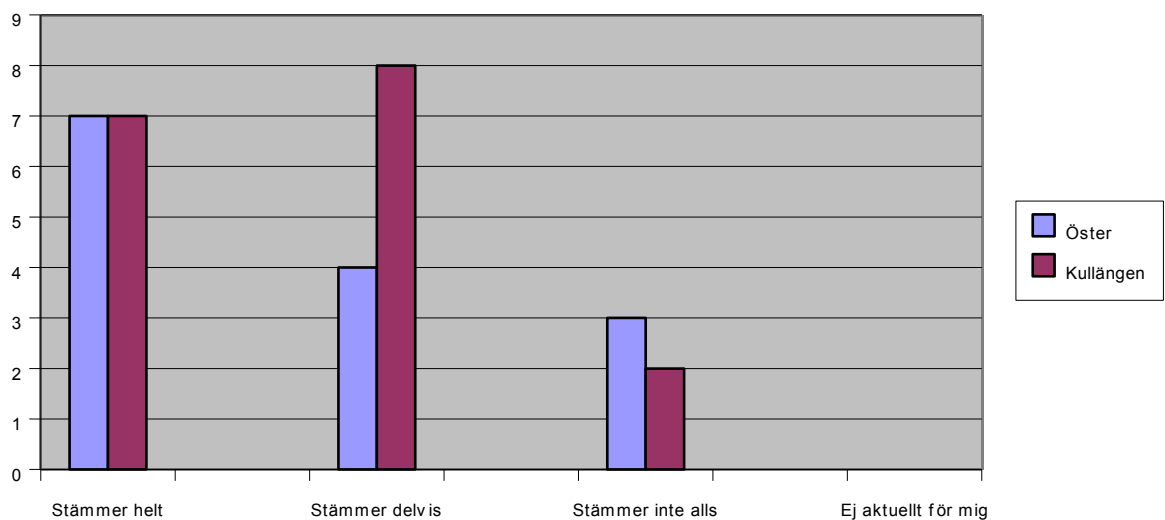
7. Jag tror att jag kommer att bibehålla det jag tränat upp även då träningen upphört.



8. Jag upplever minskad smärta.



9. Jag upplever ett ökat välbefinnande.



10. Om jag i framtiden har behov av träning skulle jag tacka ja till ytterligare en träningsperiod.

