

Liikuntatoimi tarjoaa kaikille kuntalaisille
avoimen ja ilmaisen kuntosalivuoron
Kilpukassa TORSTAISIN 27.9. alkaen klo
17~19. Kuntosalilla ohjaa Kuntopiste
Femoriksen Eveliina Ollila.



Liikuntatoimi tarjoaa myös ohjatun matalan kynnyksen NONSTOP-liikuntaryhmän
TORSTAISIN 27.9. alkaen klo 19-20/20.30 Kilpukassa. Ryhmässä ei ole
läsnäolopakkoa, vaan osallistua voi silloin kuin itselle sopii. Ryhmä on tarkoitettu
vähän liikkuville ja sellaisille, joiden arki ei sisällä liikuntaa niin paljon kuin haluaisi.
Ryhmän toimintaa suunnitellaan yhdessä ryhmäläisten toiveiden mukaiseksi.
Ilmoittautua voi paikan päällä tai ennakkoon Ullalle nro: 044 4776 220.