

Hoi!

LIIKUNTAPALVELUT
TIEDOTTAA
IDROTTSTJÄNSTER
INFORMERAR

Senioreille elämänlaatua!

SEELA-RYHMÄ SENIOREILLE

Maanantai 23.10.-4.12.2017

Mainingin koulu Kivenlahdessa, Maininkitie 23, 02320 Espoo

Kehonhuolto-jumppa 11.30-12.15 (maksuton)

Ruokailu 12.15-13.00 (aterian hinta 6,10€)

- Mahdollisuus syödä yhdessä monipuolinen ja ravitseva lounas
- Ruokailun yhteydessä ravinto- ja liikuntaneuvontaa
- Koulu ympäristönä mahdollistaa ikäpolvien luonnollisen kohtaamisen
- Tutustu myös Espoon koulujen kouluvaari ja -mummo toimintaan

Ei ilmoittautumista. Tule mukaan!



espoo.fi/liikunta