

2.9.-8.10.2019



Kuva: Bearfotos / Freepik

SÄPINÄÄ, SENIORIT



ke 4.9. VOIMAA LUONNOSTA

Lähtö klo 13
kunnantalon edestä

Kävelyretki kirkonkylän
luontopolulla ja harjoittelua
ulkokuntoilulaitteilla.

Retken jälkeen pullakahvit.



ke 18.9. PELIPÄIVÄ & TASAPAINO

Klo 13-15
yläkoulun liikuntasalilla

Kävelysählyä ja tasapaino-
harjoittelua.

Kahvitarjoilu.



ti 1.10. VIRTUAALI- JUMPPA

Klo 13 kirjastolla

Kevyttä jumppaa, et tarvitse
erillisiä varusteita.

Kahvitarjoilu.



ti 8.10. TANSSIT AREENALLA

Ilmainen kyyti tapahtumaan.

Lähtö klo 9.30 kk kunnantalo,
klo 9.40 Rasivaara ja
klo 9.50 Kompakka.
Myös matkalta kyytiin.

Ilmoittautumiset viimeistään
pe 4.10.2019

Tarjalle, puh. 040 105 3104



POHJOIS-KARJALAN
KANSANTERVEYDEN KESKUS



Pohjois-Karjalan
MAAKUNTALIITTO

Pohjois-Karjalan
kunnat

