



## **Ikäihmiset liikkeelle**

**Tiedote**      **11.12.2015 12:58**

Ikäihmisille on tarjolla uusi mahdollisuus turvalliseen liikkumiseen.

Toiminta on tarkoitettu pääsääntöisesti ilman avustajaa toimeen tuleville, mutta osallistua voi myös oman avustajansa kanssa. Seuraava kokoontuminen on tiistaina 15.12. klo 13.00 – 16.00 Aviasport Areenalla. Vuoden 2016 kokoontumisista tiedotetaan erikseen. Ohjelmassa on sauvakävelyä (omat sauvat mukaan), kuminauhajumppaa ja kahvakuulaharjoittelua yms. käyttäjien toiveiden mukaisesti. Mukaan ei tarvitse erikseen ilmoittautua. Kahvitarjoilu.

Aviasport Areenalle (Ottelukatu 9) pääsee paikallisliikenteen linjalla nro 3.

Huom! Hallissa tarvitaan ulkoilugarustus.

Tervetuloa!

Lisätiedot: Arja Kujala, p. 020 617 2227