

Hyvinvointi- treenit

Pe 18.1.2019 Alkaen

Hyvinvointitreenien tavoitteena on vahvistaa ja edistää terveyttä ja hyvää oloa. Toiminnan sisältö muodostuu osallistujien toiveiden ja tarpeiden pohjalta. Treenien keskeisiä teemoja ovat mm. liikunta, mielen hyvinvointi ja kulttuuri.

Treenit on maksutonta ryhmätoimintaa.

Tule mukaan HYVINVOINTITREENEIHIN löytämään iloa, virkistystä ja virtaa arkeesi!



Milloin:

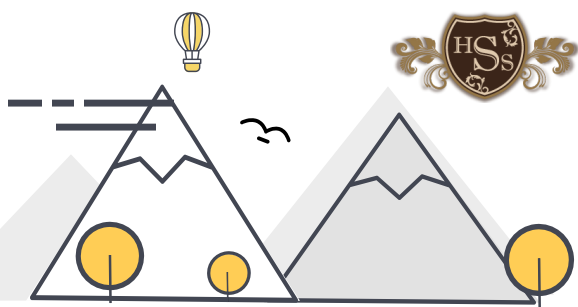
Parittomien viikkojen perjantait alkaen 18.1.19
klo 13.30 - 14.30

Missä:

Pohjois-Haagan Palvelukeskuksessa
Mariankodin toimipisteessä, Marian Kammarissa 2.krs
(Schildtinpolku 6)

Lisätietoja treeneistä:

Mervi Leivo p. 040 129 9953 / mervi.leivo@kapyrinne.fi
Mari Raatikainen p. 020 7718 516 / mari.raatikainen@seniorisaatio.fi



Helsinki

