

UKKOJOOGAA SYKSYLLÄ 2023

MUNKKINIEMEN PALVELUKESKUKSESSA

Ke 13.9 klo 14–15

Ke 11.10 klo 10–11

Ke 15.11 klo 10–11

Ke 13.12 klo 14–15

Ohjaaja: Jorma Heimonen

TUNTIKUVAUS:

Tunti sopii kaikille miehille. Tunnille ei tarvitse ilmoittautua etukäteen ja osallistuminen on maksutonta. Tunnille tarvitset mukaasi vain oman vesipullon ja kevyeen liikkumiseen sopivat vaatteet.

- Lisätietoja tunnista Kunnon kaveri -hankkeen koordinaattorilta Anu Koskelalta (ma-pe klo 10–16) 044 328 91 00 tai anu.koskela@miinasillanpaa.fi



MIINA
SILLANPÄÄN
SÄÄTIÖ