Mielenterveyskuntoutujien KUNTOLIIKUNTA

Kevätkausi 2016

Ulkoliikuntaa

Ulkoliikuntakerroilla kokoonnutaan uimahallin pääsisäänkäynnin portaiden eteen! Pukeudu säänmukaisesti, mutta huonon sään sattuessa (sateella) ryhmää ei pidetä.
Ulkoliikunnan ohjelmana on mm. Frisbeegolfia, ulkopelejä jne.

Kokoontumiskerrat ovat:
Ma 16.5.2016 klo 10.30-11.15
Ma 23.5.2016 klo 10.30-11.15
Ma 30.5.2016 klo 10.30-11.15
Ma 6.6.2016 klo 10.30-11.15



Lisätiedot:
erityisliikunnanohjaaja p. 040 592 5695