

Elämäni eläkevuodet alkamassa



Aika panostaa itseeni

Herätä itsessäsi hyvinvoinnin kipinä ja liikkumisen ilo.

Tule mukaan 8 kertaa kokoontuvaan Elämäni eläkevuodet -valmennusryhmään, jos liikunta ja oma hyvinvointi ovat jääneet taka-alalle.

Ota yhteys paikalliseen valmentajaan.

Askeleesi kohti hyvinvointia alkavat tästä!

Ensimmäinen kerta: Maanantaina 19.8.2019 klo 14–16

Paikka: Liikuntakeskuksen kahvio

Järjestäjä: Nakkilan kunta

Valmentajien yhteystiedot:

Anne Hakanen

p. 044 7475 913

e-mail: anne.hakanen@nakkila.fi

Eliisa Mannila

p. 044 7475 988

eliisa.mannila@nakkila.fi
