

Tule mukaan Nakkilassa  
ensimmäistä kertaa  
järjestettävään etätreeniin!

•nakkila.

Etätreenit järjestetään maanantaina 7.12.2020 kello 17 alkaen. Treeneihin et tarvitse liikuntavälineitä, vain tilaa olohuoneeseen ja reippaan fiiliksen. Jokainen harjoitus kestää 20 minuuttia ja tiedossa on monenlaista ohjattua liikuntaa kuntonyrkkeilystä kehonhuoltoon.

Liittyäksesi treeniin tarvitset internetyhteyden, äylaitteen, Gmail-tilin ja sähköpostin.

Ilmoittautuminen alkaa nyt ja jatkuu maanantaihin 30.11.2020 saakka. Linkki ilmoittautumissivulle:  
[https://www.lyyti.fi/reg/Etajumppatapahtuma\\_5827](https://www.lyyti.fi/reg/Etajumppatapahtuma_5827)