

HYVINVOINTIA IKÄÄNTYNEILLE



JELE Ry:n Ikääntyneiden Hyvinvointiohjelma jatkuu
viikolla 32, 6.8.2018 alkaen.

Tule mukaan iloiseen ja mukavaan
terveyden kohentamiseen.

| AIKA | PAIKKA | TOIMINTA |
|-------------------|----------------|---|
| Tiistai 9:00 | Vinnarin sali | Ikääntyneet, liikunta |
| Keskiviikko 15:00 | Toimintakeskus | Liikuntarajoitteiset, invalidit, liikunta |
| Torstai 8:30 | Vinnarin sali | Ikääntyneet,voimistelu,- venyttely, lihahuolto |

Lisätietoa:

Toiminnanjohtaja Marko Nieminen

040 756 7829,

marko.nieminen@jele.fi



Käy tutustumassa JELE Ry:n toimintaan osoitteessa www.jele.fi.
Löydät sivuilta videoita liikkunnasta ja lisätietoa yhdistyksestä.