



Euran Seudun Kehitysvammaisten Tuki järjestää kuntokeskus Tzempissä Kauttualla (Toritie 3) ilmaista

SISÄPYÖRÄILYÄ eli SPINNINGIÄ

torstaina 28.10., 18.11. ja 16.12. klo 17:45 – 18:45

Fysioterapeutti **Tanja Jantunen** ohjaa tunnin.

OTA MUKAAN TUNNILLE LIIKUNTAPAITA JA -HOUSUT, SISÄPELITOSSUT (TAI PUHTAAT LENKKARIT) JA HIKIPYYHE. MYÖS VESIPULLO KANNATTAA OTTAA MUKAAN.

Ilmoittautumiset Rainerille puh. **045 156 1950**, soita tai lähetä tekstiviesti, tai sähköpostilla **rainer.kaunisto@gmail.com**.

30 ENSIMMÄISTÄ ILMOITTAUTUNUTTA MAHTUU MUKAAN!

Ilmoittautua voit joko kaikkiin tai vain yhdelle kerralle.

