



PORLASSA PORISEE SENIORILIIKUNTAPÄIVÄ

AIKA: *Torstai 7.10.21 klo 12.30-15.00 (Rankkasateen sattuessa vaihtoehtoinen päivä 14.10.21 klo 12.30-15.00)*

PAIKKA: *Tapahtuma alkaa Mimminpuistosta Liessaarenkatu 2, jonka jälkeen tapahtuma jatkuu Porlan rantapuistossa.*

OHJELMASSA: *Mimminpuiston ulkoliikuntapaikalla laite-esittelyä, vertaisohjaajien vetämiä jumppahetkiä sekä Porlan uusi jumppapolku. Tarjolla nokipannukahvit ja makkaranpaistoa.*

Tapahtuma on maksuton ja avoin kaikille senioreille!

TERVETULOA!

Järjestäjät: *Lohjan kaupunki, Lohjan Liikuntakeskus, Lohjan Maatalousnaiset sekä Pekka Ilmarinen. Tapahtumaa sponsoroii SSO. Lisätiedot 044-3743291*



Ulkoilun ilo kuuluu kaikille. Ikäinstituutti kannustaa järjestämään ulkoilutapahtumia iäkkäiden ulkoilupäivänä, vanhustenviikon torstaina. vievanhusulos.fi