



Päivän hinta

**20€** /hlö

Hinta sis. päivän ohjelman,  
kahvin ja ruokailun.

# Kunnon kevätpäivä

perjantaina 24.5.2019 klo 9-15

Hyrynsalmi Ukkohalla

Ikäihmisten perinteisessä liikuntatapahtumassa on luvassa reipasta liikumista ja iloista yhdessä oloa kevätkauden päätöksen kunniaksi.

Tänä vuonna ohjelmassa on mm. tuolijumppaa, senioritanssia, kuntosalia, kehonpainoharjoittelua, sauvakävelyä sekä metsätaitoa. Tämän lisäksi voit lisämaksusta osallistua Keilaukseen [6€/hlö] sekä Ukkohallan saunamaailmaan, jossa ohjattu vesijumppa [4€/hlö].

---

## ILMOITTAUTUMISET PALTAMOSTA:

pe 20.5.2019 mennessä Anu Leinoselle:  
puh. 044 750 0738 - [anu.leinonen@paltamo.fi](mailto:anu.leinonen@paltamo.fi)  
(ilmoita samalla mahdollinen erityisruokavalio)

