



Päivän hinta

**25€** /hlö

Hinta sis. päivän ohjelman,  
kahvin, ruokailun  
ja kuljetuksen.

# Kunnon kevätpäivä

perjantaina 24.5.2019 klo 9-15

Hyrynsalmi Ukkohalla

Ikäihmisten perinteisessä liikuntatapahtumassa on luvassa reipasta liikkumista 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 SOTKAMOSTA:**

pe 20.5.2019 mennessä Noora Jauhaiselle:  
puh. 044 750 2328 - noora.jauhainen@sotkamo.fi  
(ilmoita samalla mahdollinen erityisruokavalio)

## **KULJETUS:**

Lähtö klo 7.15 Sotkamon linja-autoasemalta.

