



LAPPEENRANTA



Kahilanniemen kunto-  
ja terveysliikuntasali,  
Valto Käkelän katu 3D

**keskiviikkoin**  
**14.30-15.30**

# Kehitysvammaisten kierto harjoittelu

syyskausi 9.9 – 9.12 (syysloma vk 43, ei ryhmää)

Nuorille ja aikuisille suunnattu liikuntaryhmä, jossa alkulämmittelyn jälkeen tehdään lihasvoimaa ja tasapainoa edistävää kuntosaliharjoittelua musiikin tahdissa. Tunti päätetään venyttelyihin.

Juomapullo ja sisäliikuntakengät mukaan.

**Kausimaksu: 30€**

**Ilmoittautuminen ja lisätietoja:** erityisliikunnanohjaaja Jenni Lehti,  
0400 157 514, [jenni.lehti@lappeenranta.fi](mailto:jenni.lehti@lappeenranta.fi)  
Ilmoittautuminen alkaa 25.8.2020 klo 8.00

Lappeenrannan liikuntatoimi **[lappeenranta.fi/liikunta](https://www.lappeenranta.fi/liikunta)**