



LAPPEENRANTA



Kahilanniemen kunto-
ja terveysliikuntasali,
Valto Käkelän katu 3D

maanantaisin
17.45-18.45

Kehitysvammaisten kuntosali

syyskausi 7.9. – 7.12. (syysloma vk 43, ei ryhmää)

Nuorille ja aikuisille suunnattu kuntosaliryhmä. Lihasvoimaa ja tasapainoa kehittävää kuntosaliharjoittelua.

Juomapullo ja sisäliikuntakengät mukaan.

Ohjaajina toimivat Lappeenrannan Kehitysvammaisten Tuki ry:n vertaisohjaajat.

Toiminta on maksutonta ja siihen ei tarvitse erikseen ilmoittautua.

Tiedustelut: Lappeenrannan Kehitysvammaisten Tuki ry:
Mervi Hendunen, 040 834 2331, mhendunen@gmail.com