



Liikutko? Riittävästi?

Mikä sitten on riittävä määrä?

Voimmeko oikeasti vaikuttaa sairauksiin ennaltaehkäisevästi ja hoitaa niitä liikunnan avulla? Milloin pitää aloittaa?

Tule kuuntelemaan, mitä tästä kertoo innostavalla ja asiantuntevalla tyylillään UKK-instituutin johtaja

TOMMI VASANKARI



Illan aikana taukojumppaa pirteällä ja mukaansatempaavalla tavallaan vetää liikunnanohjaaja

PÄIVI VASTAMÄKI

Liedon kunnantalon valtuustosali
(Kirkkotie 13)

ke 27.1.2010 klo 18.30

kahvitus klo 18.00

Pääsymaksu 10,- (sis. kahvit ja suolaisen)

Ilmoittautumiset 24.1.2010 mennessä (tarjoilun vuoksi)

tiina.malka@pp.inet.fi tai 040 524 2914

TERVETULOA MUKAAN KUULEMAAN JA KOKEMAAN!

Järj. Liedon Lujan jaostot

