



Lahden Seudun Toimihenkilöt Pro ry:n virkistysryhmä järjestää talvitapahtuman Vierumäen Urheiluopistolla **lauantaina 19.3.2022 klo 10 alkaen**

Ohjelmassa:

klo 10–10.45 ohjattu Keppijumppa

klo 10–11.45 ohjatut Vierumäki–kisailut aikuisille ja koko perheelle ulkona

Klo 11–11.45 Lihashuolto hierontapallojen avulla

klo 11–11.45 ohjatut koko perheen liikuntaleikit sisällä

Klo 12–12.45 ohjattu coretraining

klo 12–12.45 ohjattu futsal

klo 12.30–15 lounas Fennadan Puhti–ravintolassa

Uintimahdollisuus klo 9–20 Vierumäen uimahallissa

Sitovat ilmoittautumiset la 5.3.22 mennessä sähköpostilla heidipro@luukku.com

Ilmoitathan osallistujien nimet, erikoisruokavaliot, lasten iät ja jäsennumerosi sekä mihin lajeihin/lajiin haluat osallistua. Huom! jos et halua osallistuja lajeihin ollenkaan, niin ilmoitathan senkin.

Paikalla myös Heidi Suntinen Ammattiliitto Prosta

Osallistuminen on maksuton jäsenille ja perheenjäsenille

Tervetuloa viettämään kiva ja liikunnallinen päivä perheen kanssa!