



Tervetuloa Koko Perheen Talviriehaan

Jyväskylän satamassa, kotakahvilan läheisyydessä 12.3.2016 klo 10-13

Lämpimästi tervetuloa Keski-Suomen Luustoyhdistyksen ja opiskelijoiden järjestämään Talviriehaan! Osallistuminen on ikärajatonta ja tapahtuma on maksuton. Tapahtumaan osallistutaan omalla vastuulla. Tärkeintä on yhdessäolo ja monipuolinen liikkuminen.

Päivämme alkaa yhteisellä hauskalla alkulämmittelyllä klo 10, josta on mukava aloittaa rastien kiertäminen lämpimänä. Talvirieha jatkuu klo 13 asti ja mukaan voi liittyä kun siltä itsestä tuntuu!

Liikunnallisia rastejamme on yhteensä kuusi ja jokaista rastia vetää oma ohjaaja. Tekemistä riittää laidasta laitaan ja viihtyminen on taattu. Muista varata päälle vaatetta sään ja liikkumisen mukaisesti.

Tapahtuman yhteydessä kotakahvilaa pitävät auki Tiimiakatemian opiskelijat. Heiltä voit käydä ostamassa kuumia ja kylmiä virvokkeita, makkaraa sekä sään salliessa nauttia herkullisista letuista.

Yhteystiedot:

Anu Salpakoski, S-posti: anu.salpakoski@mamk.fi

Kati Jaatinen, S-posti: kati.a.jaatinen@gmail.com

