



SENOIREIDEN ULKOILUPÄIVÄ

FRISBEERADAN MAASTOSSA 30.5.2022 KLO 12-14

Senioreille suunnattu, mutta muillekin avoin ulkoilupäivä frisbeegolfradalla (Halsuantie 94).

Ulkoilupäivän ohjelmassa mm. Hyvän olon ABC – tietoa omaan liikkumiseen ja hyvinvointiin antamassa Satu Keski-Pohjanmaan liikunnasta, lisäksi kevyt ulkojumppa ja venyttelyt, lenkki metsäpolulla, frisbeegolfiin tutustumista sekä mukavaa yhdessäoloa. Istuinpenkkejä tuodaan alueelle ulkoilupäivän ajaksi. Voit valita vaikka kaikki aktiviteetit tai tulla vain nauttimaan ulkoilmasta hyvässä seurassa. Tarjolla pientä naposteltavaa! Mukaan tarvitset säänmukaiset varusteet ja iloista mieltä! Pieni sade ei haittaa, mutta kovalla sateella tapahtuma perutaan.



Lestijärvi DiscGolfPark
Halsuantie 94, 69440 Lestijärvi



Eläkeliitto

*Kohti ikäystävällistä
Suomea*

Järjestää:

& Lestijärven liikuntatoimi