

Elämäni eläkevuodet alkamassa



Aika panostaa itseeni

Herätä itsessäsi hyvinvoinnin kipinä ja liikkumisen ilo.

Tule mukaan 8 kertaa kokoontuvaan Elämäni eläkevuodet -valmennusryhmään,
jos liikunta ja oma hyvinvointi ovat jääneet taka-alalle.

Ota yhteys paikalliseen valmentajaan. Ilmoittaudu **7.2.2020** mennessä.

Askeleesi kohti hyvinvointia alkavat tästä!

Aika: Perjantaisin 21.2. – 17.4.2020

Kenelle: Olet jäämässä eläkkeelle (eläköitynyt 2019). **Hinta:** 34,20 €

Järjestäjä: Eksote ja Rautjärven kunta

Valmentajien yhteystiedot: Marjut Rita, marjut.rita(at)rautjarvi.fi

Minna Parvinen, minna.parvinen(at)eksote.fi

