



Är du Kvinna 50+ bosatt i Burlövs kommun?

Känner du att du vill komma ut och röra på dig lite, skratta och få nya vänner?
Vill du prova på olika aktiviteter och lära dig laga god & nyttig mat tillsammans med andra?

Senior Sport School är en satsning i samverkan mellan Region Skåne, Skåneidrotten och Burlövs kommun. Syftet med Senior Sport School är att främja ett gott och hälsosamt liv.

Då du deltar i kursen Senior Sport School, kommer du att få möjlighet att prova på olika aktiviteter och delta i en studiecirkel med fokus på hälsa och glädje. Du får även ta del utbildning i hjärt- och lungräddning (HLR), senior power styrketräning, dessutom får du delta i en praktisk matlagningskurs. **Under 12 veckor kommer ni att träffas två gånger i veckan.** Tisdagar kommer ni att ha någon form av föreläsning eller tematräff och torsdagar kommer ni att ha någon form av fysisk aktivitet.

Start för kursen: 29 mars Klockan 10 -12. Plats: Burlöv

Deltagaravgift: Gratis.

Vi har platser kvar på denna skola i Burlöv och söker nu deltagare

Är du intresserad och vill veta mer om Senior Sport School eller anmäla dig?

OBS: Begränsat antal platser, "först till kvarn gäller!"

Julia Hamre (samordnare): 0730-57 20 25, Anmälan tas emot på:

Julia.Hamre@outlook.com

Sista dag för anmälan: 16 mars 2016

Sofi Andersson, Skåneidrotten.

Regional samordning Senior Sport School. Tele. 010-476 57 67

