



Är du 60+ och vill vara med på ett "hälsoäventyr"?

**Känner du att du vill komma ut och röra på dig och knyta nya kontakter?
Vill du prova på olika aktiviteter, laga god och nyttig mat tillsammans med andra?**

Då är du välkommen att delta i **Senior Sport School**. Här får du prova på olika aktiviteter som Senior Power styrketräning, delta i tematräffar med fokus på hälsa, laga hälsosam mat, få utbildning i hjärt- och lungräddning och ta del av intressanta föreläsningar.

Senior Sport School pågår i 12 veckor då vi träffas två gånger i veckan. Träffarna är oftast på förmiddagar mellan klockan 10.00-12.00. Tisdagar kommer vi att ha någon form av föreläsning/tematräff och på torsdagar kommer vi att ha någon typ av rörelse/kulturaktivitet.

Senior Sport School startar den 19 september, kostar 300 kronor per person och är öppen för dig som är bosatt i Bjuvs kommun.

**Välkommen till vårt informationsmöte samt anmälan: 24 aug, kl. 10.00.
Skeholmssalen (bakom biblioteket), Storgatan 24 Billesholm**

För mer information kontakta

Skåneidrotten

Bjuvs kommun

Sofi Andersson

Mottagare av anmälningar

Jeanette Lindqvist

Regionalt ansvarig Senior Sport School

042-4585126

sofi.andersson@skaneidrotten.se

jeanette.lindqvist@bjuv.se

010-476 57 67

Helen Gustavsson

010- 476 57 14

helen.gustavsson@skaneidrotten.se

www.seniorsportschool.se