

Är du 60+?

Vill du röra på dig och leva mer hälsosamt?



Foto: Anders Ebefeldt, studio-e.se

Välkommen till ett öppet informationsmöte
29 augusti kl. 10.00 på Puls arena, Varggatan 15.

Senior Sport School

Under 12 veckor kommer du 2-3 gånger i veckan att få möjlighet att ta del av:

- Idrottsaktiviteter
- Senior Power
- Matlagning
- Tematräffar med fokus hälsa
- Utbildning i hjärt- och lungräddning (HLR)
- Kulturaktiviteter



Skolan startar tisdagen den 18 september på Puls arena.

Träffarna är rullande tisdagar och torsdagar klockan 10.00–12.00 samt 3–4 onsdagar.

Skolan är öppen för personer bosatta i Landskrona kommun. Max 24 pers. Kostnad: 300 kr

Anmälan

Du anmäler dig på informationsmötet den 29 augusti. Anmälan gäller alla tillfällen under 12 veckor. Det är inte möjligt att vara med på enstaka tillfällen. Har du frågor eller funderingar kan du kontakta Tanja Karppinen på tel 0418-47 33 27, tanja.karppinen@landskrona.se eller regionalt ansvarig för Senior Sport School Sofi Andersson, 010-476 57 67, sofi.andersson@skaneidrotten.se.

Vill du läsa mer om Senior Sport School, gå in på www.seniorsportschool.se

Senior Sport School är en satsning i samverkan mellan Region Skåne, Skåneidrotten och Landskrona stad. Syftet med Senior Sport School är att främja ett gott och hälsosamt åldrande, där vi utgår ifrån de fyra hörnpelarna; social gemenskap, meningsfull sysselsättning, fysisk aktivitet och goda matvanor.

