



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. Måndagar kommer vi att ha någon form av föreläsning/tematräff och på torsdagar kommer vi att ha någon typ av rörelse.

Senior Sport School startar den 18 september, kostar 300 kronor per person och är öppen för dig som är bosatt i Simrishamns kommun.

**Välkommen till vårt öppna informationsmöte 28 aug, kl. 10.00.
Plats: Stora Rådhuset (kommunledningskontoret) i Simrishamn**

För mer information kontakta

Skåneidrotten

Sofi Andersson

Regionalt ansvarig Senior Sport School

sofi.andersson@skaneidrotten.se

010-476 57 67

Helen Gustavsson: Mottagare av anmälningar

010- 476 57 14

helen.gustavsson@skaneidrotten.se

www.seniorsportschool.se

Simrishamns kommun

Kontakt Simrishamn:

0414 – 81 90 00