



## Är du 60+? Vill du vara med på ett "hälsoäventyr"?

**Känner du att du vill komma ut och röra på dig lite och knyta kontakter?**

**Vill du prova på olika aktiviteter, lära dig 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. På tisdagar 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 5 mars 2019, kostar 300 kronor per person. Skolan är öppen för dig som är bosatt i Svalövs kommun.

Vill du veta mer:

**Välkommen till vårt öppna informationsmöte den 6 februari 2019. Klockan 10-11.**

**Plats: Fullmäktigesalen, Svalövs kommunhus. Där vi då även på plats tar emot anmälningar till att delta i Senior Sport School.**

Har du frågor är du välkommen att kontakta:

Sofi Andersson, Skåneidrotten

Regional samordnare för Senior Sport School

[Sofi.Andersson@skaneidrotten.se](mailto:Sofi.Andersson@skaneidrotten.se)

Tele: 010-476 57 67

[www.seniorsportschool.se](http://www.seniorsportschool.se)

