

**Projekt Tillgänglig natur - Ökad livskvalitet
inbjuder till:**

Rörelseträning utomhus i Katrineholm



Välkommen på sittjympa för att förbättra din hållning och må bättre.
Enkla rörelseövningar. Passar alla oavsett om du sitter eller står.
Riktat sig till både medlemmar i föreningar och icke-medlemmar.
Ingen deltagaravgift.

**Onsdagarna 21/8, 28/8, 4/9, 11/9, 18/9, 25/9.
Kl. 14.00**

Plats: Strandvik
Instruktör: Rosie Plato

Efteråt bjuder vi på fika.
Klä dig efter väder. Vid regn håller vi till inomhus.

För information kontakta Marja Hellström 070-5981504.

Arrangörer och finansiärer:

Funktionsrätt
Katrineholm

Funktionsrätt
Sörmland

Sörmlands Sparbank



Tillgänglig natur



ARBETARNAS
BILDNINGSFÖRBUND