

Koko kunta kuntoon!
Kisatien SUPERVIKONLOPPU

Sisäliikuntatapahtuma 17.-18.2. Kisatien koululla

Viikonlopun ajan tarjolla maksutonta ryhmäliikuntaa: Lasten tempurata, tsempalot, kahvakuula, aikuisten tasapainorata, istuma- ja keppijumppa, kuntonyrkkeilyä, joogaa, äijäjumppaa, telinevoimistelua, seinäkiipeilyä, fasciarullausta ja paljon paljon muuta.

Gladiaattori "Titaani" Vertti Harjuniemi

Vertti opastaa koko viikonlopun ajan kuntosalin laitteiden käyttöä (teoria- ja treeniosuus)

La 17.2. klo 10-14 Vasta-alkajat/kuntoilijat

**La 17.2. klo 16-20 Tositreenaajat/
kokeneet harjoittelijat**

Su 18.2. klo 10-14 Naiset (naiset voivat osallistua myös lauantain ryhmiin)



Vertin voimatreeneihin ennakkoihoitautuminen, max 30 hlö/ryhmä kirjastolle ma 29.01. alkaen, puh. 040 3008 481 tai sähköposti: reisjarvi.kirjasto@reisjarvi.fi

**Infoa tapahtumasta löydät Facebookista ja Instagramista:
Kisatien Superviikonloppu - Tapahtuma on osallistujille maksuton!**

Reisjärvistä hyvinvointia mahdollistamassa:



KOTISEUTULEHTI

REISJÄRVI

FYSIO-TERAPIA **ONNA**



OP Suomenselkä



Lantmännen
Agro

