



LIIKUNNAN STARTTIRYHMÄ

Haluaisitko lisätä liikettä elämään?

Lähde mukaan liikunnan starttiryhmään!

Starttiryhmä tiistaisin 17.3.-5.5. klo 17-18

Starttiryhmä keskiviikkoisin 18.3.-6.5. klo 10-11

Tässä matalan kynnyksen ja hyvän fiiliksen ryhmässä pääset rauhassa kohottamaan kuntoa, luomaan rutiinia liikkumiseen sekä tutustumaan mukaviin lajeihin. Liikomme pääasiassa ulkona Porin Metsän ympäristössä.

Maksuton ryhmä on suunnattu 18-64 -vuotiaille.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen:
www.pori.fi/liikuntakauppa

PORI